

Reflexologie plantaire à Vichy (complet)

Publié le 17 avril 2023 – Mis à jour le 20 avril 2023



Date

Le 24 avril 2023 De 12:00 à 14:00

Dans le cadre de ses propositions de bien-être sur le lieu de travail, le CLASS propose aux personnels des sites territoriaux des séances gratuites de réflexologie plantaire.

La réflexologie plantaire

Technique millénaire, la réflexologie s'appuie sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise. Le

massage est appuyé, profond de façon à rétablir la circulation énergétique dans les méridiens. La réflexologie est une technique manuelle douce et efficace adaptée à tous.

Quelques bienfaits : détendre, relaxer, gérer le stress, réguler le système nerveux et hormonal, activer la circulation sanguine et lymphatique, soulager les douleurs, améliorer les troubles chroniques : insomnie, transit, problèmes cutanés, etc.

[RÉFLEXOLOGIE À L'UNIVERSITÉ - SITE DE VICHY](#)

La praticienne, Agnes RENOUX, interviendra auprès des personnels universitaire de Vichy, dans les locaux de l'infirmierie située rue Lyautey, à la date suivante :

- **Lundi 24 avril 2023** de 12h à 14h - *salle LR 01 - bâtiment Lyautey*

Informations pratiques et inscription

Horaires : de 12h à 14h

Durée d'une séance : 30 minutes par personne



La séance est désormais complète.



Contre-indications

Merci de lire attentivement la liste des contre-indications et de ne pas formuler de demande d'inscription si vous êtes concerné par l'une des situations suivantes :

- Traumatismes et inflammations des pieds,
- Epilepsie,
- Diabète type 1 non stabilisé,
- Maladies cardiaques récentes et trouble du rythme cardiaque,
- Femmes enceintes de moins de trois mois,
- Troubles circulatoires(phlébite et thrombose),
- Cancer.

Inscription

Les personnels travaillant à Vichy intéressés sont invités à envoyer leur demande par mail à class.dvu@uca.fr, en précisant l'horaire approximatif souhaité **avant le 17 avril 2023**. Leur créneau leur sera confirmé par mail.

Le CLASS fera son possible pour respecter les souhaits de chacun mais ne peut garantir que le créneau désiré leur sera attribué.



A venir

Aucun événement

<https://class.uca.fr/actualites/actualites-en-une/reflexologie-plantaire-a-vichy>(<https://class.uca.fr/actualites/actualites-en-une/reflexologie-plantaire-a-vichy>)