



# ARRNCP

Association des Réflexologues RNCP



## *Christian PORRAS est membre de l'ARRNCP*

L'Association des Réflexologues RNCP (ARRNCP) est un Syndicat professionnel au service des Réflexologues RNCP.

Il a pour objet :

- la défense des droits, intérêts matériels et moraux, tant collectifs qu'individuels, de ses membres
- la promotion et la professionnalisation de la Réflexologie et du métier de réflexologue

[www.reflexologues-rncp.com](http://www.reflexologues-rncp.com)

## *Contact*

06.21.66.73.01

[contact@antistressreflexo.com](mailto:contact@antistressreflexo.com)

## *Sur rendez-vous exclusivement*



7 Place de la remise  
91070 Bondoufle

*Ne pas jeter sur la voie publique.*

## *Plus d'informations*



[www.antistressreflexo.com](http://www.antistressreflexo.com)

*Christian Porras Réflexologue.*



# *Christian PORRAS*

*Réflexologue Titre RNCP  
Relaxologue  
Prévention et Gestion du Stress*

## **Christian PORRAS** *Réflexologue RNCP*



### **Qu'est-ce qu'un Réflexologue RNCP ?**

Le réflexologue certifié RNCP est un professionnel de la relation d'aide, de la prévention et de la gestion du stress.

Son champ d'action est la prévention, le mieux-être et la santé durable, il favorise le processus d'auto-régulation par un toucher spécifique des zones réflexes (plantaire, palmaire, cranio-faciale, auriculaire...)

Le réflexologue certifié RNCP exerce l'activité conformément aux Référentiels d'activités, de certifications et de compétences.

Le Titre RNCP permet à son titulaire de certifier les compétences, aptitudes et connaissances nécessaires à l'exercice du métier et activité du Réflexologue dans un domaine professionnel.

## **Prestations**

### **Reflexologie**

Au choix : Plantaire, Palmaire, Cranio-faciale  
60 minutes

50 €

### **Relaxation Reflexe**

Au choix : Plantaire, Palmaire, Cranio-faciale  
60 minutes

50 €

## **Votre Réflexologue**

**Formation : Centre Elisabeth Breton**

**Techniques réflexes conjonctives,  
périostées et viscéro-cutanées  
(contribution ostéopathique à la  
réflexologie)® – Méthode Elisabeth Breton**

Conformément à la loi, la pratique de la réflexologie ne peut être en aucun cas assimilée à des soins médicaux ou de kinésithérapie, mais à une technique de bien-être par la relaxation physique et la détente libératrice de stress (Loi du 30.04.1946, décret 60669 de l'article L.489 et de l'arrêté du 8.10.1996).



## **Quand consulter un Réflexologue ?**

La Réflexologie est indiquée pour :

- détendre, relaxer, le stress étant à l'origine de nombreux dysfonctionnements physiques et psychiques,
- réduire l'état d'anxiété,
- diminuer la sensation et la perception de la douleur,
- réguler le système nerveux et hormonal, détendre l'axe du stress,
- déceler, localiser et éliminer les dépôts formés par des cristaux d'acide urique,
- activer la circulation sanguine et lymphatique,
- mobiliser les déchets, évacuer les toxines, réguler les acidités du corps,
- prévenir, soulager un grand nombre de troubles et favoriser l'équilibre interne du métabolisme.