



LE PIED EST LE REFLET DU
CORPS HUMAIN

Le Baume du Pèlerin

NE NÉGLIGEZ PAS
SA SANTÉ, SA BEAUTÉ,
SON HYGIÈNE.



LE BAUME DU PÈLERIN EST UNE CRÈME DE MASSAGE DES PIEDS AUX ACTIFS NATURELS
(HUILES ESSENTIELLES D'EUCALYPTUS, CAMPHRE, MENTHE, SAUGE, GIROFLE)
SES COMPOSANTS AROMATIQUES ONT UNE ACTION NATURELLE
ANTISEPTIQUE, TONIQUE ET STIMULANTE.

ACTION FRAÎCHEUR

Pour supprimer tout au long de la journée, l'inconvénient des odeurs désagréables dues à la transpiration, effectuer après la toilette du matin un bref massage des pieds.

ACTION CONFORT

Un massage complet des pieds deux ou trois fois par semaine favorise l'élimination en douceur des crevasses des talons et des orteils, des peaux mortes, desséchées, des rugosités et callosités.

ACTION SOIN

Le Baume du Pèlerin est particulièrement recommandé lors des massages de réflexothérapie.
Il facilite le massage, évite l'échauffement des tissus, détend et désodorise.

LA REFLEXOTHERAPIE

Connue et pratiquée depuis la nuit des temps par les Chinois, les Égyptiens, les Grecs, la REFLEXOTHERAPIE ne prétend pas se substituer à la médecine pour soigner les maladies graves, mais vient en complément et permet de soulager bien des petits maux de la vie quotidienne en rétablissant ou favorisant le fonctionnement normal des différents organes du corps humain.

La **RÉFLEXOTHÉRAPIE** est un ensemble de techniques de massage d'un point ou d'une zone déterminée du corps, dans le but d'obtenir une réaction favorable de l'organe ou des systèmes correspondants.

L'une des principales zones-réflexes se trouve sur la **Plante des pieds**.

La PODOREFLEXOTHERAPIE

Principes sur les Massages — Réflexes des Pieds

LES ZONES DU PIED SONT UN FIDÈLE MIROIR DU CORPS. Un examen attentif de l'ensemble de la plante des pieds permet de déceler la présence sous le doigt de concrétions diverses dues au dépôt de cristaux d'acide urique, de toxines et autres déchets.

Une **pression prolongée** ou un **massage lent** de cette zone permet de réactiver la circulation sanguine (et donc d'éliminer ces déchets) et de rééquilibrer les flux d'énergie en liaison avec l'organe correspondant. Vous pouvez faire vous-même ce massage des pieds, ou mieux, vous le faire faire.

CONSEILS de Massage des Pieds :

La **pression** se fait avec le pouce de la main, le **massage** avec la paume. Les mouvements sont exécutés **lentement**, et toujours en allant de la **pointe des orteils vers le talon**.

Pour chaque point de massage successif, débiter par le pied gauche, puis passer au pied droit. Consacrer en moyenne une minute pour chacune des zones traitées. Les zones-réflexes sont indiquées sur la planche ci-jointe.

- 1- Appliquer **Le Baume du Pèlerin** à chaque intervention et renouveler en cours de massage, selon besoin.
- 2- Masser lentement **l'ensemble de la plante du pied** gauche puis du pied droit, en descendant vers le talon.
- 3- Pressions sur la zone du **plexus solaire** puis de la **thyroïde**, pied gauche puis pied droit.
- 4- Pressions sur le **gros orteil**, du sommet de l'ongle vers la base, pied gauche puis pied droit.
- 5- Pressions sur les **autres orteils**, selon la même technique.
- 6- Pressions et massage sur la **ligne externe et la ligne interne** du pied gauche puis du pied droit.
- 7- Pressions sur toutes les **autres zones, en descendant vers le talon**, pied gauche puis pied droit.
- 8- Finir par un **massage général**, avec la paume de la main, comme au point n° 2, pour favoriser le drainage des toxines.
- 9- Respecter un temps de repos de 1/4 d'heure après chaque séance de massage.

Effectuer deux à trois séances de massage par semaine.

De nombreux PÉDICURES PODOLOGUES pratiquent la PODOREFLEXOTHERAPIE.

N'hésitez pas à les consulter.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI :

Usage externe, ne pas avaler. Ne pas mettre en contact avec les yeux, ni les muqueuses. En cas de contact avec les yeux, rincer abondamment à l'eau claire. Refermer soigneusement le pot après usage. Tenir à l'abri de la chaleur. Ne pas utiliser chez les enfants de moins de trois ans. Utilisez de préférence avant la date figurant sur le fond des pots.

Le Baume du Pèlerin contient 2,55 % d'Huiles Essentielles (Eucalyptus, Camphre, Menthe, Saugé, Girofle). Pot de 50 ml.



ZONES - REFLEXES DES PIEDS

PIED DROIT Vu de face

Sinus et tête
(partie gauche)

Oeil gauche

Oreille gauche

Trapèze droit

Epaule droite

Poumon droit
bronches

Vésicule biliaire

Foie

Bras droit

Coude droit

Côlon transverse

Côlon ascendant

Valvule iléo-caecale

Appendice vermiculaire

Genou droit

Nerf sciatique

Tête (cerveau)
gauche - hémisphère - droit

Hypophyse

Nez

gauche - Tempé - Droite
et Nerf trijumeau

Tronc cérébral, Cervelet

Nuque

Parathyroïde

Cervicales

Thyroïde

Dorsales

Plexus solaire

droite - Surrénale - gauche

Estomac

droit - Rein - gauche

Pancréas

Duodénum

droite - Uretère - gauche

Lombaires

Intestin grêle

Vessie

Sacrum

Coccyx

droites - Glandes génitales - gauches
(ovaires ou testicules)

PIED GAUCHE Vu de face

Sinus et tête
(partie droite)

Oeil droit

Oreille droite

Trapèze gauche

Epaule gauche

Poumon gauche
bronches

Coeur et circulation

Bras gauche

Rate

Coude gauche

Côlon transverse

Côlon descendant

Rectum

Anus

Genou gauche

Nerf sciatique

