

# Bienvenue au Pole de Santé Hochfelden

Découvrez nos services d'ostéopathie, de naturopathie, de réflexologie et de drainage lymphatique pour retrouver votre vitalité et votre équilibre.

## Retrouvez l'Équilibre avec l'Ostéopathie

Laissez l'ostéopathie rééquilibrer votre corps et soulager vos douleurs de manière naturelle.

## Optimisez Votre Santé Naturellement

Découvrez les bienfaits de la naturopathie et de la réflexologie pour une santé épanouie.

## Offrez-Vous un Moment de bien-être

Le drainage lymphatique vous apportera légèreté et vitalité au quotidien.



[Rejoignez notre communauté en ligne et découvrez nos dernières actualités !](#)



## Quels sont les bienfaits de l'ostéopathie?

L'ostéopathie permet de soulager les douleurs articulaires et musculaires, de rétablir l'équilibre du corps et d'améliorer la mobilité.

## Comment se déroule une séance de naturopathie?

Une séance de naturopathie commence par un bilan de santé complet suivi de conseils personnalisés en matière d'alimentation et d'hygiène de vie.

## Quelles sont les indications de la réflexologie?

La réflexologie est recommandée pour soulager le stress, les tensions musculaires, les troubles du sommeil et favoriser la détente et la relaxation.

[Plongez dans notre univers en découvrant notre site internet.](#)



[www.pole-de-sante-hochfelden.fr](http://www.pole-de-sante-hochfelden.fr)



### Pole de Santé Hochfelden

Découvrez nos services d'ostéopathie, de naturopathie, de réflexologie et de drainage lymphatique pour retrouver votre vitalité et votre équilibre.

## Retrouvez Votre Équilibre au Pôle de Santé Hochfelden

Découvrez nos approches naturelles et personnalisées pour booster votre santé et votre bien-être.

### Les Vertus de l'Ostéopathie

L'ostéopathie soulage les douleurs articulaires et musculaires, rétablit l'équilibre du corps et améliore la mobilité.

### Le Déroulé d'une Séance de Naturopathie

Un bilan de santé complet suivi de conseils personnalisés en nutrition et hygiène de vie pour une santé optimale.

### Quand Pratiquer la Réflexologie ?

La réflexologie est idéale pour soulager le stress, les tensions et les troubles du sommeil, et favoriser la détente.

# Nos services pour votre bien-être

Découvrez l'ensemble des services proposés par Pôle de Santé Hochfelden, conçus pour répondre à vos besoins de santé et de bien-être. Ostéopathie, naturopathie, réflexologie et drainage lymphatique : une approche holistique pour une santé optimale.

## Ostéopathie : Soulagement et mobilité

L'ostéopathie peut vous aider à soulager les douleurs articulaires, musculaires et maux de tête. Nous prenons en charge les entorses, lumbagos et problèmes digestifs ou gynécologiques chez l'adulte. Pour les sportifs, nous offrons une préparation, un suivi, une optimisation et une récupération adaptés. Les nourrissons bénéficient d'un accompagnement pour les déformations crâniennes, coliques, régurgitations, problèmes de succion et d'allaitement. Les femmes enceintes trouvent un soulagement des douleurs, remontées acides, douleurs ligamentaires, une préparation à l'accouchement et une récupération post-partum.

Comme pour nos autres services, votre première consultation comprendra la constitution de votre dossier, une première séance et la mise en place d'un suivi personnalisé.

## Naturopathie et Réflexologie : Équilibre et bien-être

La naturopathie et la réflexologie au Pôle de Santé Hochfelden visent à rétablir l'équilibre naturel de votre corps. Ces pratiques offrent des avantages uniques tels que la diminution des douleurs, un bien-être général, un confort digestif amélioré et un sommeil de meilleure qualité. Lors de votre première consultation, nous constituerons un dossier complet, réaliserons une première séance et mettrons en place un suivi personnalisé avec des conseils adaptés.

## Drainage Lymphatique : Détoxification et confort

Le drainage lymphatique manuel proposé au Pôle de Santé Hochfelden favorise la détoxification de l'organisme, améliore la circulation lymphatique et contribue à une sensation de légèreté et de bien-être. Cette technique douce et efficace est particulièrement recommandée pour soulager les jambes lourdes, réduire les œdèmes et renforcer le système immunitaire.

## Notre histoire

### Notre mission?

Ouvrir un cabinet pour regrouper nos compétences et vous offrir la meilleure prise en charge possible.

Et pour vous offrir un maximum de disponibilité nous sommes ouvert du lundi au samedi.

Notre approche est ancrée dans la qualité et l'intégrité, garantissant que tout ce que nous faisons reflète notre engagement envers l'excellence dans l'ostéopathie, la naturopathie, la réflexologie et le drainage lymphatique.

# L'ostéopathie : une approche naturelle pour votre bien-être

L'ostéopathie est une pratique de santé douce et globale qui vise à rétablir l'équilibre du corps en traitant les déséquilibres fonctionnels. Elle repose sur des manipulations manuelles précises et adaptées, effectuées par un ostéopathe qualifié. Que ce soit pour soulager des douleurs musculaires, articulaires ou pour améliorer votre mobilité, cette approche naturelle s'adresse à tous : bébés, adultes, sportifs ou seniors. L'ostéopathie ne se limite pas à traiter les symptômes, elle cherche également à identifier et à corriger la cause des troubles, favorisant ainsi votre santé sur le long terme. Prenez soin de votre corps, il est votre meilleur allié au quotidien.



# Ostéopathie spécialisée



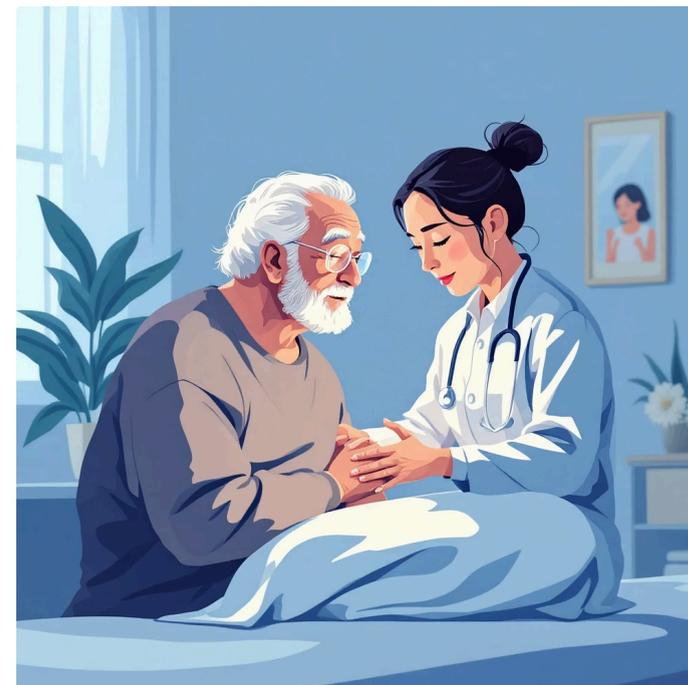
## Ostéopathie pour Nourrisson

L'**ostéopathie nourrisson** est une approche douce et adaptée qui permet d'accompagner votre bébé dès ses premiers jours. Que ce soit pour soulager des tensions liées à l'accouchement, favoriser un bon développement ou apaiser des inconforts comme les coliques, l'ostéopathe utilise des techniques manuelles précises et non invasives. Nos engagements : douceur, qualité, et bien-être de votre enfant. N'hésitez pas à consulter pour offrir à votre nourrisson un équilibre optimal dès le début de sa vie. Ensemble, faisons de sa croissance une belle aventure.



## Ostéopathie du Sportif

L'**ostéopathie du sportif** est une pratique dédiée à accompagner les athlètes, amateurs comme professionnels, dans leur quête de performance et de bien-être. Que ce soit pour prévenir les blessures, optimiser vos mouvements ou accélérer votre récupération après un effort intense, l'ostéopathie se révèle être un allié précieux. Nos services s'adaptent aux besoins spécifiques de chaque discipline sportive, en prenant en compte vos objectifs et vos contraintes. Faites le choix de la performance en toute sérénité et laissez-nous vous aider à atteindre de nouveaux sommets.



## Ostéopathie Senior : Bien-être et Mobilité pour les Aînés

L'**ostéopathie senior** est une solution douce et efficace pour accompagner les personnes âgées dans leur quête de bien-être et de mobilité. Avec le temps, le corps subit des changements qui peuvent entraîner des douleurs, une perte de souplesse ou des difficultés à effectuer des gestes du quotidien. Grâce à une approche personnalisée, l'ostéopathie aide à soulager les tensions, à améliorer la posture et à favoriser une meilleure qualité de vie.

Nos engagements : offrir des soins adaptés et bienveillants, centrés sur les besoins spécifiques des seniors. Que ce soit pour apaiser des douleurs chroniques, améliorer la circulation ou prévenir les inconforts liés à l'âge, nous sommes là pour vous accompagner à chaque étape. Ensemble, préservons votre autonomie et votre vitalité.

Découvrez comment l'ostéopathie senior peut transformer votre quotidien.

# Ostéopathie adaptée à chaque étape de la vie

## Ostéopathie pour Femme Enceinte : Une Approche Douce et Bienveillante

La grossesse est une période de changements intenses pour le corps d'une femme. Entre les modifications posturales, les tensions musculaires et les déséquilibres liés au développement du bébé, il est naturel de ressentir certaines gênes ou inconforts. C'est ici qu'intervient l'ostéopathie pour femme enceinte, une approche douce et personnalisée qui vise à soulager les douleurs et à accompagner le corps tout au long de cette belle étape de vie.

### Quels sont les bienfaits de l'ostéopathie pendant la grossesse ?

L'ostéopathie peut prévenir ou soulager des maux courants chez les femmes enceintes, tels que les douleurs lombaires, les sciatiques, les tensions cervicales, ou encore les troubles digestifs comme les reflux gastriques. En travaillant sur la mobilité des articulations, des muscles et des tissus, l'ostéopathe aide le corps à s'adapter aux transformations liées à la grossesse. De plus, une séance peut favoriser une meilleure circulation sanguine et lymphatique, apportant une sensation de légèreté et de bien-être.

### Une méthode adaptée et sécurisée

Les techniques utilisées par l'ostéopathe pour femme enceinte sont douces et respectueuses. Elles prennent en compte à la fois la santé de la future maman et celle de son bébé. Chaque séance est entièrement adaptée au stade de la grossesse et aux besoins spécifiques de la patiente. Il est recommandé de consulter un ostéopathe formé spécifiquement à la prise en charge des femmes enceintes pour garantir une intervention sûre et efficace.

### Quand consulter un ostéopathe pendant la grossesse ?

Il est possible de consulter un ostéopathe à tout moment de la grossesse, en fonction des besoins ressentis. Certaines femmes choisissent de faire des séances dès le premier trimestre pour prévenir les inconforts, tandis que d'autres consultent au troisième trimestre pour préparer leur corps à l'accouchement. Une consultation post-partum est également fortement conseillée pour aider le corps à récupérer après l'accouchement.

Au-delà des bienfaits physiques, les séances d'ostéopathie offrent un moment privilégié pour se recentrer, se détendre et prendre soin de soi. C'est une occasion pour la future maman de se reconnecter à son corps et à son bébé dans un cadre apaisant et bienveillant.

En conclusion, l'ostéopathie pour femme enceinte est une alliée précieuse pour vivre une grossesse plus harmonieuse et sereine. N'hésitez pas à consulter un professionnel qualifié pour un accompagnement adapté à vos besoins.



**Scannez le QR code pour rejoindre le Programme Ma Grossesse Active**

[magrossesseactive.com](http://magrossesseactive.com)

La grossesse est une étape unique et merveilleuse dans la vie d'une femme, mais elle s'accompagne également de nombreux changements physiques et émotionnels. Rester active pendant cette période peut grandement contribuer à votre bien-être général. Grâce à notre programme spécialement conçu pour les futures mamans, vous apprendrez comment maintenir une activité physique adaptée à chaque phase de votre grossesse. Nos exercices doux, nos conseils de relaxation et nos astuces pratiques vous aideront à rester en forme, à réduire les inconforts physiques et à préparer votre corps pour l'accouchement. Alors, prenez soin de vous et de votre bébé en intégrant des mouvements simples et sécurisés dans votre quotidien. Vous méritez de vivre cette aventure sereinement et en pleine santé !

# Ostéopathie à Domicile : Prenez Soins de Vous, Chez Vous

L'ostéopathie à domicile offre une solution pratique et personnalisée pour profiter des bienfaits de cette médecine douce dans le confort de votre maison. Que vous souhaitiez soulager des douleurs chroniques, réduire des tensions musculaires, améliorer votre mobilité ou retrouver un équilibre global, un ostéopathe qualifié peut se déplacer chez vous pour vous proposer des soins sur mesure, adaptés à vos besoins.



## Les avantages

- Gain de temps et absence de déplacements, idéal pour les personnes à mobilité réduite ou avec un emploi du temps chargé.
- Un soin dans un environnement familial et apaisant, favorisant une meilleure détente et une récupération optimale.
- Des séances aussi efficaces qu'en cabinet, avec une prise en charge personnalisée et des techniques adaptées à vos besoins.



## Pour qui ?

L'ostéopathie à domicile est accessible à tous : adultes, seniors, femmes enceintes, enfants ou sportifs. Elle s'adresse en particulier :

- Aux personnes ayant des difficultés à se déplacer (suite à une blessure, une opération ou en cas de mobilité réduite).
- Aux femmes enceintes qui souhaitent soulager les douleurs associées à la grossesse en douceur.
- Aux jeunes parents préférant rester à la maison avec leur nouveau-né, tout en bénéficiant d'un suivi pour eux ou leur bébé.
- Aux sportifs cherchant à accélérer leur récupération musculaire après un effort intense ou une période de stress prolongé.



## Déroulement d'une séance

Lors d'une consultation à domicile, l'ostéopathe apporte tout le matériel nécessaire, notamment une table de soin pliante. La séance commence par un entretien pour comprendre vos besoins et antécédents. Ensuite, un bilan global est réalisé afin d'identifier les zones de tension et de déséquilibre. Des techniques adaptées sont ensuite appliquées pour soulager vos douleurs ou améliorer votre mobilité. La durée de la séance est similaire à celle d'un cabinet, soit entre 45 minutes et 1 heure.

## Pourquoi choisir ce service ?

L'ostéopathie à domicile allie confort et praticité. Ce service est parfait pour ceux qui souhaitent un soin personnalisé tout en restant chez eux. En vous épargnant les contraintes des déplacements, vous pouvez pleinement apprécier les bienfaits de l'ostéopathie dans un cadre serein et agréable.

Prêt(e) à prendre soin de vous ? Contactez nous pour organiser votre séance à domicile et commencez votre chemin vers le bien-être dès aujourd'hui.

# Notre équipe



## SCHUTZ Marie

### Ostéopathe D.O.

Diplômée du Collège Ostéopathique de Strasbourg (COS).

### Histoire et formation

Depuis petite, je suis fascinée par l'anatomie du corps humain, animé par le sport depuis toujours j'ai très vite eu l'envie de comprendre son fonctionnement. L'ostéopathie m'a apporter cette compréhension du mouvement et après mon bac j'ai suivi une formation de 5 ans à temps plein au Collège Ostéopathique de Strasbourg (COS), école agréée par le Ministère de la Santé. Diplômée en juillet 2021 j'ai ouvert mon cabinet en novembre 2021. Ma pratique s'adapte à chaque patient grâce à l'utilisation de diverses techniques apprises pendant ma formation initiale et celle acquise lors de formation complémentaire.



J'ai ouvert le cabinet avec Karine, naturopathe, réflexologue et nous pensons que chaque patient est unique.

Notre but est de vous offrir une prise en charge individualisée et adaptée dans la bienveillance et l'écoute.

J'interviens également dans une salle de sport, Physio2sport à Bouxwiller et je me déplace à votre domicile.

# Notre équipe



## **RODIER Alicia**

### **Ostéopathe D.O.**

Diplômée du Collège Ostéopathique de Strasbourg (COS).

### **Histoire et formation**

Depuis toujours, je suis fascinée par le fonctionnement du corps humain, par sa capacité d'adaptation et d'auto-régulation. Très tôt, j'ai été attirée par les métiers du soin, mais c'est l'ostéopathie qui m'a particulièrement touchée, par sa vision globale, respectueuse du corps et profondément humaine. J'ai suivi une formation de 5 ans à temps plein au Collège Ostéopathique de Strasbourg (COS), école agréée par le Ministère de la Santé. Cette formation m'a permis d'acquérir de solides compétences en anatomie, diagnostic et techniques ostéopathiques, tout en développant une réelle écoute du patient. Je propose aujourd'hui une ostéopathie douce et personnalisée, qui s'adapte à chaque personne et à chaque situation. Mon objectif est de comprendre ce qui se joue derrière une douleur ou un inconfort, et de permettre au corps de retrouver son équilibre de manière durable.

## **Mon parcours au cabinet**

J'ai rejoint le cabinet en janvier 2025 pour assurer un remplacement de congé maternité. Ce premier contact avec les patients et a été très naturel. Depuis juin 2025, j'ai le plaisir d'exercer au cabinet en tant que collaboratrice, et de vous recevoir désormais certains jours de la semaine.

## **Domaines de prise en charge**

Je prends en charge une grande diversité de patients, quels que soient leur âge, leur mode de vie ou leur motif de consultation. Chaque personne est unique, et j'accorde une attention particulière à adapter mes techniques à la morphologie, aux besoins et à la sensibilité de chacun. Mon approche est douce, respectueuse, et toujours personnalisée ; que ce soit pour soulager une douleur, redonner de la mobilité, ou simplement maintenir un équilibre global. Au fil de ma formation et de mes expériences cliniques, j'ai eu l'opportunité d'intervenir auprès :

Des nourrissons et enfants, dans le cadre de consultations spécifiques après une formation en pédiatrie.

Des femmes enceintes, que j'ai pu accompagner lors de stages en maternité au CMCO de Schiltigheim et à l'hôpital de HautePierre ;

Des sportifs, notamment sur le terrain, lors d'un triathlon en 2023 et d'un trail en 2024, en préparation et en récupération d'effort.

Mon objectif est d'offrir à chaque patient, quel que soit son âge ou son parcours, une prise en charge individualisé et adapté, dans une écoute attentive et bienveillante.

Je vous accueille au cabinet dans un cadre calme, respectueux et bienveillant, avec le souci de proposer un accompagnement réellement adapté à votre histoire, votre rythme et vos besoins. Que vous veniez pour une douleur précise, une gêne persistante, un suivi global ou simplement pour prendre soin de vous, je vous propose une prise en charge personnalisée, quels que soient votre âge, votre profil ou votre parcours. N'hésitez pas à me contacter pour toute question, ou à prendre directement rendez-vous. Je serai ravie de vous rencontrer et de vous accompagner. À très bientôt, — Alicia

# Naturopathie et Réflexologie

## La Naturopathie : Un Chemin vers l'Équilibre Naturel

La **naturopathie** est une approche globale de santé, visant à préserver ou restaurer l'équilibre naturel du corps en s'appuyant sur des méthodes douces et naturelles. Cette discipline met en avant l'importance d'un mode de vie sain, incluant une alimentation équilibrée, une activité physique régulière et une gestion efficace du stress. En choisissant la naturopathie, vous prenez soin de votre bien-être de manière respectueuse et durable, en écoutant les besoins profonds de votre organisme. Faites le choix d'une vie en harmonie avec la nature et découvrez les bienfaits de cette pratique qui place votre santé au cœur de ses priorités.

Nos engagements : la qualité et un service impeccable.

## La Réflexologie : Une Méthode Naturelle pour Votre Bien-Être

La réflexologie est une pratique douce et naturelle qui vise à rétablir l'équilibre énergétique du corps grâce à des pressions appliquées sur des zones spécifiques des pieds, des mains ou du visage. Apprenez à connaître cette technique holistique et ses nombreux bienfaits : réduction du stress, amélioration de la circulation sanguine, renforcement du système immunitaire et détente profonde.

Chez nous, nos engagements sont clairs : offrir un service de qualité, dans un cadre bienveillant et professionnel. Nous croyons au pouvoir des approches naturelles pour favoriser un mieux-être durable. Découvrez comment la réflexologie peut transformer votre quotidien et vous aider à atteindre un nouvel équilibre. Ensemble, avançons vers une meilleure harmonie entre le corps et l'esprit.



**Karine SCHUTZ**

**Naturopathe, iridologue et réflexologue, je vous accompagne en tant qu'éducateur de santé, pour optimiser votre vitalité, votre bien-être et votre santé.** J'interviens sur vos problématiques du quotidien (gestion du stress, soulagement de douleurs liées au sport, troubles digestifs et du sommeil, cycle féminin, soutien de l'organisme en période de traitement allopathique de la médecine traditionnelle ...).

1

### Ma signature ?

Déployer une écoute sincère et placée sous le sceau de la confidentialité (les naturopathes sont soumis au secret professionnel).

2

### Ma méthode ?

Exploiter différents outils synergiques afin d'optimiser les résultats visés.

### Mes techniques :

- **La naturopathie** : cette approche holistique cible à la fois l'alimentation, le rythme de vie, l'activité physique, la préconisation de compléments alimentaires, d'huiles essentielles, de plantes...
- **La réflexologie plantaire** : cette technique de toucher active des points réflexes situés sur la plante des pieds afin de cibler des systèmes précis (digestif, nerveux, respiratoire...).
- **L'iridologie** : incluse dans la séance de naturopathie, cette méthode révèle souvent d'autres aspects de la santé qui invitent à la discussion.

### Comment se passe la séance ?

**Naturopathie** : une séance initiale dure 1 h 30. Une séance de suivi dure entre 45 minutes et 1 h 00 (inclus : l'observation iridologique).

**Réflexologie** : une séance s'étale sur 1 h 00.

### Déroulement :

- **Une séance initiale** débute par un entretien complet qui porte sur votre hygiène de vie, vos antécédents, vos troubles éventuels, vos objectifs.
- Je construis votre **bilan de vitalité** avant de vous remettre votre **feuille de route** complète assortie de **conseils** et de **techniques** à appliquer chez vous : respiration, techniques de gestion du stress et burn out, recentrage, cohérence cardiaque, alimentation, sommeil ...

### Son approche

Foncièrement attachée à la notion de **complémentarité entre les médecines douces et la médecine traditionnelle**, je mets un point d'honneur à travailler de manière synergique avec votre médecin traitant.

Mon écoute, couplée au **respect de la confidentialité** des informations que vous me transmettez, donnent naissance à une relation de confiance.

**Le plus pratique** : mon cabinet, très bien situé, offre des facilités de parking.

### Quels bénéfices en attendre ?

La naturopathie et la réflexologie :

- Favorisent le soulagement des troubles du système digestif et du système nerveux.
- Améliorent le bien-être des femmes à chaque étape de leur vie (cycles hormonaux).
- Libèrent le corps et l'esprit de leurs tensions.
- Atténuent les douleurs musculaires, articulaires ou encore les migraines.
- Agissent sur la qualité de sommeil...

# Le drainage lymphatique

Le **drainage lymphatique** est une technique de massage douce et ciblée, conçue pour stimuler le système lymphatique et favoriser l'élimination des toxines de l'organisme. Reconnue pour ses nombreux bienfaits, cette méthode améliore la circulation lymphatique, réduit les gonflements, et aide à renforcer le système immunitaire. Que ce soit pour soulager les jambes lourdes, combattre la rétention d'eau ou simplement se détendre, le drainage lymphatique est une solution naturelle et efficace.

## Drainage Lymphatique : Bienfaits et Bien-Être

Le **drainage lymphatique** est une technique douce et naturelle visant à stimuler la circulation de la lymphe dans le corps. Ce soin manuel, souvent pratiqué par des professionnels qualifiés, aide à réduire les gonflements, renforcer le système immunitaire et favoriser une sensation de légèreté et de détente. Idéal pour améliorer la récupération après un effort physique ou soutenir la détoxification du corps, le drainage lymphatique est bien plus qu'un simple massage : c'est un véritable allié pour votre santé et votre bien-être. Faites le choix d'un moment dédié à votre équilibre physique et mental, et découvrez les bienfaits uniques de cette pratique !

## Le Programme Ma Grossesse Active

Rester active pendant la grossesse est essentiel pour votre santé et celle de votre bébé. Loin d'être risquée, une activité physique modérée et adaptée peut aider à réduire les inconforts tels que les maux de dos, améliorer l'humeur, favoriser un meilleur sommeil et même préparer votre corps à l'accouchement. Que ce soit une marche quotidienne, du yoga prénatal ou de la natation, choisissez une activité qui vous convient et respectez vos limites. N'oubliez pas de consulter votre médecin avant de commencer ou de poursuivre un programme sportif afin de garantir que tout est adapté à votre situation. Écoutez votre corps, hydratez-vous bien et faites de votre bien-être une priorité.

Spécialement conçu pour les femmes enceintes qui désirent rester active pendant leur grossesse, préparer au mieux leur accouchement et leur récupération post-partum!

C'est LE programme qui accompagne votre mobilité durant vos 9 mois de grossesse.

Rejoignez le programme: [magrossesseactive.com](https://magrossesseactive.com)

# L'Ostéopathie en Entreprise

L'ostéopathie au sein des entreprises est une démarche proactive pour la santé et le bien-être des employés. Elle vise à prévenir et soulager les troubles musculo-squelettiques liés au travail, à réduire le stress et à améliorer l'environnement de travail, contribuant ainsi à une meilleure qualité de vie professionnelle et à une performance accrue de l'entreprise.



## Bien-être des Salariés

Réduction des douleurs liées à la posture assise prolongée, aux gestes répétitifs ou au stress professionnel.



## Augmentation de la Productivité

Diminution de l'absentéisme et amélioration de la concentration grâce à une meilleure santé physique et mentale.



## Bénéfices pour l'Entreprise

Renforcement de l'image employeur, fidélisation des talents et amélioration du climat social interne.

Nous proposons des séances personnalisées directement sur votre lieu de travail, adaptées aux besoins spécifiques de chaque employé et aux défis ergonomiques de votre environnement.

# L'Ostéopathie Digestive

L'ostéopathie digestive est une approche douce et spécifique visant à améliorer le fonctionnement de votre système digestif. Elle permet de soulager divers troubles en restaurant la mobilité des organes et en réduisant les tensions.



## Soulagement des Symptômes

Agit sur les ballonnements, reflux, constipation, et le syndrome de l'intestin irritable.



## Techniques douces

Des manipulations manuelles spécifiques pour restaurer la mobilité des organes digestifs.



## Équilibre Général

Contribue à une meilleure absorption des nutriments et à un bien-être corporel global.

Cette spécialité s'adresse à tous ceux qui cherchent une solution naturelle à leurs inconforts digestifs.





**DECONTRACTANT**

**ANTALGIQUE**

**ANTI INFLAMMATOIRE**

**CIRCULATOIRE**

**DECONGESTIVE**

**RESPIRATOIRE**

# Les Ventouses : Une Thérapie Ancienne aux Bienfaits Modernes

La thérapie par les ventouses, également connue sous le nom de cupping, est une pratique ancestrale qui consiste à créer une succion sur la peau à l'aide de coupelles. Utilisée depuis des millénaires dans diverses cultures, cette technique holistique vise à améliorer la circulation sanguine et lymphatique, à soulager les douleurs et à favoriser une détente profonde.

## 1 Soulagement des Tensions

Aide à relâcher les douleurs musculaires, les contractures et les raideurs articulaires.

## 2 Amélioration Circulatoire

Stimule la microcirculation et le drainage lymphatique, favorisant l'élimination des toxines.

## 3 Bien-être Général

Contribue à la réduction du stress, à l'amélioration du sommeil et à une sensation de légèreté.

Idéale pour les sportifs, les personnes souffrant de douleurs chroniques ou celles cherchant une méthode naturelle de détoxification et de relaxation.

# L'Ostéopathie Crânienne

L'ostéopathie crânienne est une approche thérapeutique douce et spécifique qui se concentre sur les mouvements subtils des os du crâne et la circulation du liquide céphalo-rachidien. Cette technique vise à restaurer l'équilibre et la mobilité du système cranio-sacré, influençant ainsi la santé globale du corps. Elle est particulièrement efficace pour soulager des maux variés, souvent liés à des tensions profondes.



---

## Approche Délicate

Utilise des manipulations extrêmement douces pour évaluer et corriger les restrictions au niveau du crâne et du sacrum.



---

## Cible Spécifique

Agit sur les céphalées, migraines, vertiges, acouphènes et troubles de la mâchoire (ATM).



---

## Pour Tous les Âges

Particulièrement adaptée aux nourrissons (coliques, plagiocéphalie) et aux enfants, mais aussi aux adultes et seniors.



---

## Bien-être Global

Contribue à une amélioration du sommeil, une réduction du stress et un équilibre général du corps.

Cette méthode holistique est un pilier essentiel pour ceux qui recherchent un soulagement naturel et durable des troubles fonctionnels affectant la tête et le système nerveux.

# L'Ostéopathie et les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) sont l'une des principales causes d'arrêt de travail et de douleurs chroniques. L'ostéopathie offre une approche efficace et naturelle pour prévenir, traiter et gérer ces affections, en s'attaquant à la source des déséquilibres physiques et des tensions.



## Prévention Efficace

Identification des facteurs de risque et correction des mauvaises postures pour éviter l'apparition des douleurs.



## Soulagement des Douleurs

Réduction des tensions musculaires, des raideurs articulaires et des inflammations liées aux gestes répétitifs ou aux positions prolongées.



## Amélioration de l'Ergonomie

Conseils personnalisés pour adapter le poste de travail et les habitudes quotidiennes afin de prévenir les récurrences.

En agissant sur la mobilité, la circulation et la fonction globale du corps, l'ostéopathie aide à retrouver un équilibre physique durable, essentiel pour une meilleure qualité de vie au travail et au quotidien.

# Le Massage Santé: Une Approche Complémentaire pour votre bien-être

Au Pôle de Santé Hochfelden, nous comprenons l'importance de la circulation des fluides et de la souplesse des tissus pour votre bien-être général. Nos techniques synergiques travaillent en profondeur pour optimiser les fonctions naturelles de votre corps.

## L'Ostéopathie

Par son approche globale, l'ostéopathie facilite mécaniquement la circulation des fluides essentiels dans le corps, contribuant à une meilleure vitalité et à la réduction des blocages.



## Les Ventouses

Grâce à une action mécanique ciblée, les ventouses améliorent l'élasticité et la souplesse des tissus, tout en optimisant les échanges vasculaires pour une meilleure performance du système lymphatique.



## Le Drainage Lymphatique

Cette technique douce stimule efficacement la circulation de la lymphe, aidant ainsi à nettoyer l'organisme en profondeur et à éliminer les toxines accumulées.

Ces méthodes utilisées ensemble soutiennent activement la capacité de votre corps à se régénérer et à maintenir son équilibre interne.