



L'Ortho-Bionomy®



Une approche
en douceur vers
l'équilibre et la
santé



Une thérapie complémentaire permettant une approche globale de la santé

L'Ortho-Bionomy® est une approche de soins et de prévention qui tient compte du corps au niveau physique, énergétique et émotionnel et invite à une meilleure conscience de soi.

Son action sur les systèmes ostéo-musculaire, viscéral et crânien apporte une profonde détente, soulage les douleurs, favorise la récupération et améliore la mobilité articulaire et l'équilibre postural.



**Etymologie
du mot
Ortho-Bionomy :**
ortho: juste, correct
bio : vie, nature
nomy : loi, principe

Origine des maux

De mauvaises postures, l'accumulation de stress, des chocs physiques ou émotionnels... tous ces facteurs peuvent être à l'origine de maux et de déséquilibres profonds.

L'Ortho-Bionomy® agit en profondeur et favorise une mobilisation optimale de votre corps afin qu'il retrouve ses capacités naturelles d'autorégulation.



Comment l'Ortho-Bionomy® peut vous aider ?

- Douleurs musculaires et articulaires
- Déséquilibres posturaux (attitude scoliotique, cyphose et lordose)
- Troubles fonctionnels (céphalées, vertiges, problèmes de digestion, de sommeil ou gynécologiques, etc.)
- Troubles psychiques (stress, fatigue, anxiété, dépression, etc.)
- Suivi de grossesse (avant, pendant et après l'accouchement)
- Traitement du nourrisson (coliques, problème de digestion, trouble du sommeil, torticolis, etc.)
- Accompagnement de certaines maladies graves, chroniques ou dégénératives (confort, détente, soulagement de la douleur, préparation et récupération avant et après une opération)



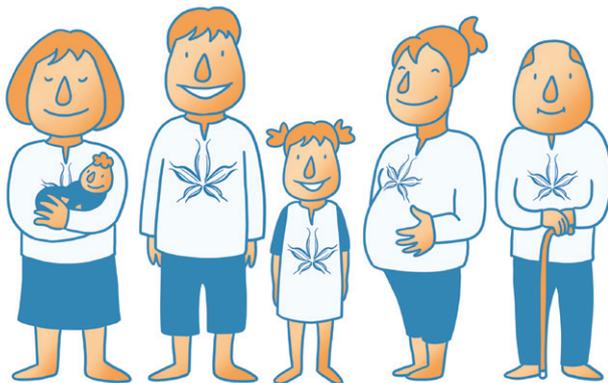
Pour qui ?

L'Ortho-Bionomy® permet à chacun de prendre soin de sa santé à tout âge...

Etant basée sur l'écoute et le respect, cette approche exclut toute manipulation forcée, ce qui la rend accessible à tout un chacun : du nourrisson à la personne très âgée, en passant par les enfants et les adultes.

« Cela fait quelques années que je reçois des séances d'Ortho-Bionomy®. Les premières suite à une chute, par la suite pour mon bien-être. C'est toujours un plaisir ainsi qu'une grande détente qui me font du bien au corps, au coeur et à l'âme. Je me sens relaxée, écoutée, respectée. »

Estelle



« L'Ortho-Bionomy® est une technique qui me bluffe à chaque fois tant par sa douceur que par sa profondeur et son efficacité. »

Patricia

Comment se déroule une séance d'Ortho-Bionomy® ?

Après une première discussion sur votre état de santé, la séance commence par une observation attentive de votre posture afin de vérifier votre alignement.

Le thérapeute va, par une attitude neutre, « dialoguer » avec l'ensemble de votre corps.

Par le biais de balancements, de compressions douces en suivant les mouvements d'ajustement du corps, le thérapeute offre la possibilité aux zones tendues de se relâcher sans jamais imposer une technique directive.



Ces mobilisations douces créent un espace sécurisant qui permet au corps de prendre conscience de ses schémas de tensions. Il peut ainsi engager un processus d'autocorrection afin de retrouver peu à peu son équilibre originel.





ASOB SVOB

Association Suisse d'Ortho-Bionomy®
Schweizerischer Verband der Ortho-Bionomy®
Associazione Svizzera di Ortho-Bionomy®

Trouvez un thérapeute proche de chez vous :

www.asob.ch

