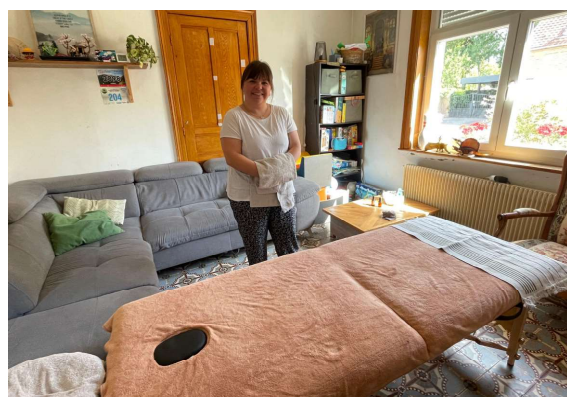


Laura Derone, réflexologue, raconte sa passion pour cette pratique

Calonne-sur-la-Lys Laura Derone propose ses services de réflexologie et bien-être depuis janvier. Elle se déplace à domicile. Elle raconte son parcours, sa pratique de la réflexologie et son attrait pour toutes les techniques liées au bien-être.



Laura a lancé son activité depuis le mois de janvier, et se déplace à votre domicile pour les séances de réflexologie.

Jennifer Champoux
journaliste
jchampoux@lechodelalys.fr

Appliquant ses doigts de fée sur les pieds des patients, elle est capable de déceler stress, mal de dos, de ventre, déséquilibres, tensions dans le corps... Laura Derone, Calonnaise, est réflexologue plantaire, mais pas seulement ! Elle a lancé son activité en janvier de cette année, et propose de se déplacer à domicile, chez les personnes.

La pratique s'impose à elle
« J'ai un début de carrière qui n'a

rien à voir avec le bien-être », raconte Laura. C'est après un burn-out qu'elle décide de faire un bilan de compétences. Ce dernier l'amène à s'intéresser aux professions du domaine du bien-être, qui semblent lui correspondre. C'est alors qu'elle découvre la réflexologie. « Je ne connaissais pas avant. Donc je me suis renseignée. » Et cela lui a tout de suite parlé. « J'ai choisi la réflexologie pour son côté très tactile », poursuit-elle. « Il y a aussi un côté scientifique, des points précis sous les pieds. » Elle suit alors une formation en semi-présentiel, et obtient son diplôme. Elle lance son activité dès janvier. Durant quelques semaines, elle cumule deux activités puisqu'elle avait repris un emploi afin de financer la formation. Ce CDD se termine au mois de février, lui laissant tout le temps pour se consacrer à sa nouvelle profession.

Objectif : le bien-être

Si le point central de sa profession concerne les pieds, elle pratique aussi la réflexologie palmaire (autre dit des mains), du visage, et l'auriculothérapie (stimuler différents points au niveau des oreilles). Mais concrètement, en quoi cela consiste ? Il s'agit d'appliquer des pressions, avec les doigts ou des outils dédiés, sur des zones bien particulières dans un objectif de bien-être ou de soulager les personnes. La réflexologie remplit plusieurs objectifs : soulager les douleurs, relâcher le stress, améliorer le bien-être, favoriser le

sommeil... Réguler l'équilibre du corps, en somme.

La réflexologie peut être pratiquée sur tous types de personnes, des nourrissons aux personnes âgées, en passant par les sportifs. Et Laura insiste sur un point : « On ne peut pas faire de mal en réflexologie. » Elle rappelle aussi qu'elle n'est pas médecin et que la réflexologie ne se substitue pas à un suivi médical, même si elle peut le compléter.

Lors de sa formation, Laura a appris les bases de la médecine occidentale, mais aussi des notions de médecine traditionnelle chinoise. Elle a trouvé un véritable écho en cette dernière : en médecine chinoise, avant de chercher à soigner, on cherche à remonter à l'origine du problème. Chose que Laura essaie de mettre en place dans sa pratique et aimerait développer. Par ailleurs, la jeune femme met en avant sa démarche écoresponsable : elle utilise des linges réutilisables plutôt que des lingettes jetables. Ses huiles et produits sont bio. Et elle souhaiterait à l'avenir effectuer ses déplacements en vélo-cargo plutôt qu'en voiture, dans la mesure du possible.

Laura se déplace dans un rayon de 25 kilomètres autour de Calonne-sur-la-Lys, mais peut aussi aller plus loin si elle réussit à fixer plusieurs rendez-vous dans un secteur plus éloigné. Elle se rend chez les particuliers, mais aussi au sein d'entreprises, ou sur des événements sportifs. ●

Pour contacter Laura : 06 43 20 80 62 ou lauraderonereflexologie@gmail.com.

Vendredi 1^{re} édition
18 septembre 2026

à partir de 19h30

URBAN Trail MARCK

ZÉRO CHRONO
Juste du plaisir

10 KM

VILLE DE MARCK

Nord Littoral
GROUPE

VW
CALAIS

CITROËN
CALAIS

LEAPMOTOR