



**MÉDOUCINE**  
MÉDECINES DOUCES & CERTIFIÉES



### CONTACT PRESSE :

Agence Velours Menthe

**Johanna Mistretta**

06 75 64 22 27

j.mistretta@veloursmenthe.com

**Caroline Giry**

06 68 08 99 30

c.giry@veloursmenthe.com

## Médocine

Bien vivre le changement de saison  
grâce aux médecines douces

**Septembre 2021** - Le passage à l'automne implique fréquemment un sentiment de fatigue, une baisse de l'immunité et de moral. Comment anticiper et éviter ces troubles saisonniers ? Médocine, unique réseau de praticiens en médecines douces certifiés, délivre ses conseils pour aborder la saison en toute sérénité et choisir le praticien adapté à son besoin.

### Changements de saison et médecines douces

Baisse de morale, perte d'énergie et de motivation, rhume... l'automne pointe le bout de son nez avec son lot de maux saisonniers, qui peuvent durer jusqu'au printemps.

Un phénomène qui semble lié à la baisse de luminosité et des températures. De ce fait, l'organisme dépense de l'énergie pour s'adapter et la fatigue se fait ressentir.

Alors comment s'adapter, anticiper ces troubles, et bien vivre les saisons qui arrivent ?

Les médecines douces sont une solution. Elles regroupent de nombreuses disciplines pour accompagner les personnes dans chaque changement de saison grâce à des pratiques douces et naturelles.

### De nombreuses disciplines : Médocine permet de trouver la plus adaptée !

Naturopathie, réflexologie, ostéopathie, médecine traditionnelle chinoise, hypnose, sophrologie ou encore ayurvéda... sont autant de pratiques permettant à l'organisme de s'adapter au changement de saison. Une question se pose alors, laquelle choisir et comment trouver un professionnel qualifié ? Médocine apporte une solution à cette problématique.



Naturopathie

**« Les changements de saison, l'automne notamment, sont des périodes particulières. Le corps doit s'adapter. »**

Nathalie Bleuzen  
Naturopathe

**Médocine permet de trouver son praticien directement en indiquant son trouble**



**MÉDOUCINE**  
MÉDECINES DOUCES & CERTIFIÉES



Médecine Traditionnelle Chinoise



La Réflexologie peut également agir pour préparer le corps à l'automne

Réseau de praticiens certifiés partout en France, Médoucine permet de trouver le thérapeute qui convient à chaque besoin et prendre rendez-vous directement en ligne.

Ainsi, pour accompagner le client dans sa recherche, Médoucine propose un parcours utilisateur intuitif sur son site. En effet, il est possible de trouver son praticien par pratique ou par trouble. Par exemple, en tapant un mot clé tel que « fatigue » « stress » ou « problèmes de peau », le site orientera l'internaute directement vers des pratiques adaptées, et ce, à proximité de chez lui grâce à la géolocalisation.

« Pour aller plus loin et rassurer davantage, Médoucine indique également à l'internaute quelle pratique est la plus adaptée à sa problématique en fonction des retours clients. Ainsi, à côté de chaque pratique proposée, est indiqué un pourcentage de recommandation et des informations détaillées », ajoute **Solange Arnaud, Fondatrice de Médoucine.**



## Aborder le changement de saison sereinement grâce aux médecines douces

### Témoignages de praticiens du réseau Médoucine

**Laurent Matéos, Ostéopathe,** « Les changements liés à l'hiver nécessitent une adaptation du corps puisant dans les réserves énergétiques. Pour une majorité de personnes, cette adaptation est difficile, elle entraîne l'apparition de troubles tels que la fatigue, des douleurs musculaires ou articulaires. L'ostéopathe, grâce à ses techniques globales et ses conseils hygiéno-diététiques va aider le corps à s'adapter à ces changements et ainsi permettre de trouver un équilibre confortable et durable ».

**Myrto Bescond, Praticienne en Médecine Traditionnelle Chinoise,** « La médecine traditionnelle chinoise, quant à elle, nous invite à consulter notre praticien pendant chaque changement de saison, idéalement pendant ce que nous appelons une intersaison. C'est le moment propice pour équilibrer l'organe correspondant à la saison qui va arriver. De plus, le praticien donne des conseils adaptés à la saison quant à notre alimentation, les modes de cuisson, les thés à consommer ainsi que l'activité physique en harmonie avec chaque saison ».

### Une approche intuitive et bienveillante

Médoucine propose de nombreux conseils bien-être sur son blog pour favoriser une meilleure santé de façon naturelle, mais également des informations détaillées pour mieux comprendre les bénéfices de chaque pratique.



**MÉDOUCINE**  
MÉDECINES DOUCES & CERTIFIÉES

Une source d'informations vérifiées et référencées sur les médecines douces directement créée par les praticiens du réseau.

Leitmotiv des équipes Médoucine, le bien-être se situe au cœur de la démarche du réseau. Chacun met ainsi toute son énergie et sa créativité pour proposer un contenu utile et bienveillant aux internautes.

### Médoucine, un réseau professionnels qualifiés

Le secteur des médecines douces n'étant pas réglementé, Médoucine souhaite favoriser la confiance envers ces pratiques et fournir des repères aux utilisateurs en sélectionnant soigneusement les professionnels présents sur la plateforme.

« Nous avons pour cela créé un réseau national de plus de 1500 praticiens sélectionnés pour leur formation, leur réputation et leur éthique. Nous apportons aussi beaucoup de lisibilité, de transparence, afin que les personnes prennent rendez-vous en toute conscience. Nous publions notamment des avis clients et développons pour chaque praticien la façon dont va se passer la consultation et quels bénéfices en attendre », développe **Solange Arnaud**.

La vision de la santé des équipes Médoucine relève de ce qu'on appelle la médecine intégrative. Une vision qui combine intelligemment la médecine conventionnelle et les médecines douces, qu'on appelle aussi médecines complémentaires. C'est une approche de santé qui fait la part belle à la prévention et qui place l'individu au centre des préoccupations des praticiens qui l'accompagnent.

Pour retrouver, notamment, des conseils sur les changements de saison : <https://www.medoucine.com/blog/>

#### **A propos de Médoucine**

Fondé en 2016, Médoucine est le seul réseau français de praticiens en médecines douces certifiés. Sa plateforme permet de prendre rendez-vous en ligne de manière géolocalisée avec un praticien certifié selon sa problématique ou la pratique recherchée, et de consulter des avis vérifiés. Chaque praticien est préalablement sélectionné en fonction de son parcours, de ses formations et de la reconnaissance scientifique de sa pratique. Médoucine informe le grand public grâce à de nombreux contenus conçus avec ses experts et a fondé Médoucine Academy, une formation en ligne pour aider les praticiens à pérenniser leur activité et réussir professionnellement. <https://www.medoucine.com/>

#### Sélection des praticiens Médoucine



Formations et expériences vérifiées



Recommandés par leurs pairs



Avis et témoignages vérifiés