

## **Sommaire**

Introduction

### **Première partie : Quatre techniques à découvrir**

Technique n° 1 : La digitopuncture

Technique n° 2 : Le Dien Chan

Technique n° 3 : Le Su Jok

Technique n° 4 : L'auriculo-énergie

### **Deuxième partie : De A comme accouchement à Z comme zona, les points à utiliser pour se soigner**