



PUBLIC

Tout professionnel



PRÉ-REQUIS

Aucun



DURÉE

2 jours - 14 heures



MODALITÉS

Présentiel



TYPE DE VALIDATION

Certificat de réalisation

Attestation de fin de formation

» CONTEXTE

- La réflexologie est une approche ancienne, holistique et énergétique. Elle est basée sur le principe selon lequel chaque organe, glande, fonction physiologique correspondent à une zone ou point précis du corps. Elle libère également, la faculté d'auto-régulation du corps. Cette action permet de découvrir, expérimenter cette technique afin de pouvoir proposer un accompagnement différent.

» RÉSULTATS ATTENDUS

- Inscrire la réflexologie dans une démarche globale d'accompagnement des résidents/patients.

» OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Connaître les zones réflexes sur les pieds et les mains
- Expérimenter les techniques de réflexologie.

» METHODES PEDAGOGIQUES

- Actives et participatives par le biais d'exercices, de mises en situations, Feed back oral du receveur après chaque exercice et échanges avec le groupe.
- Remise d'un livret pédagogique



DATES ET LIEUX

A définir - En vos locaux



TARIFS

NOUS CONSULTER



INTERVENANTE

Martine PUECH
Formatrice en réflexologie



Lieux aménagés et modalités adaptées pour faciliter l'accès et l'usage aux personnes en situation de handicap.

PROGRAMME

LES ZONES REFLEXES JUSQU'A LA REFLEXOLOGIE

- Origine, principes de la méthode : discipline de bien-être holistique et énergétique
- Intégrer le geste : pressions manuelles
- Apprentissage des zones réflexes sur les pieds ou les mains qui correspondent aux organes et différentes parties du corps : représentation miniaturisée de tout le corps. *Faculté d'auto-régulation du corps*
- La réflexologie et la détente: le stress étant à l'origine de nombreux dysfonctionnements physiques, psychiques et émotionnels
- La réflexologie et l'activation de la circulation sanguine et lymphatique
- La réflexologie et la stimulation des « émonctoires » (organes d'élimination)
- La réflexologie et les troubles digestifs...
- La réflexologie et le lâcher-prise....
- Compagnonner l'entourage : l'utilisation de certaines manœuvres simples Les contre-indications.....

ATELIERS D'EXPERIMENTATION

- L'expérimentation de la réflexologie (pieds et mains) et de sa propre sensation
- L'auto-stimulation rapide