

APPROCHE PRATIQUE DE LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

FICHE PÉDAGOGIQUE

Durée de la formation

2 jours de formation / 14h

Formateur

Pascaline LEGROS

Venez découvrir les outils nécessaires pour commencer à traiter quelques petits maux de la vie quotidienne. Vous apprendrez à détendre le pied et à vous initier à la réflexologie plantaire.

Pour quel profil ?

- Tous les professionnels de santé
-

Les objectifs

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Soulager certains maux du quotidien (digestion, sommeil, douleurs d'arthrose, problème respiratoire...) en utilisant des outils appropriés.
 - Relaxer/détendre de manière non invasive un patient
-

Programme

- Discussion autour des indications et contre-indications
- Travail sur la relaxation au début du traitement
- Initiation à la cartographie des pieds
- Les différentes techniques du toucher en réflexologie
- Atelier pratique en binôme pour la relaxation du début
- Atelier pratique pour le système locomoteur
- Atelier pratique pour le système digestif
- Atelier pratique du système reproducteur
- Atelier pratique pour le système respiratoire
- Atelier pratique du système urinaire
- Atelier pratique du système lymphatique
- Les huiles à utiliser
- Apprentissage du protocole sommeil, digestion
- Apprentissage du protocole mal de dos et infection urinaire
- Apprentissage du protocole pour stimuler le système immunitaire

APPROCHE PRATIQUE DE LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Moyens et modalités pédagogiques

- Des moyens pédagogiques et techniques variés et adaptés.
- **Si formation en présentiel** : (salle de formation, manuel de formation et évaluation en version papier, rétroprojecteur, matériel tel que tapis...)
- **Si formation à distance** : Visioconférence via zoom, signature électronique à distance, manuel de formation en PDF, QCM via google forms.
- Alternance d'exercices pratiques et théoriques
- Validation par la réussite d'un QCM pour obtenir l'attestation de formation