



PROGRAMME DE FORMATION

RÉFLEXOLOGIE PALMAIRE

Durée du stage : 2 jours - 16 h

Lieu : Espace Osasun – 16 rue de Belfort – 65000 TARBES

Horaire : de 9h à 13h et de 14h00 à 18h00

Date :

Public concerné : Tout public
Professionnel(le) dans le domaine du bien-être

Pré-requis : Être majeur

Coût horaire moyen par stagiaire : 31,25 €

Nombre de participants maximum : 6

DEMARCHE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

La pédagogie sera active et participative. Elle alternera :

- Les apports d'information théorique de l'animateur ainsi que les démonstrations (Remise de livret de synthèse)
- Les ateliers pratiques et mise en situation par groupe de 2
- Les outils et produits de l'animateur ainsi que les démonstrations
- Évaluation d'acquisition des connaissances

Intervenant

Nathalie Capo-Gual, Réflexologue certifiée et praticienne en santé naturelle en Cabinet.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES:

L'objectif de la formation est :

- comprendre le mode d'action de la réflexologie , et la particularité de la réflexologie palmaire
- savoir identifier les zones réflexes en fonction des besoins
- prendre en charge une personne à travers un protocole de détente de 30 minutes environ, en toute sécurité, dans un cadre d'accompagnement professionnel

OBJECTIFS OPERATIONNELS ET EVALUABLES:

Être capable au terme de la formation de :

- Maîtriser les caractéristiques spécifiques, les indications et contre-indications de la réflexologie palmaire
- Acquérir les gestes techniques de base et le repérage des zones de la réflexologie palmaire
- S'approprier le rôle et le positionnement du praticien ainsi que les postures corporelles adaptées, à la pratique de la réflexologie palmaire
- Acquérir une méthodologie pour assurer la mise en œuvre des étapes d'une séance de 20min, dans un objectif de détente.

SANCTION DE LA FORMATION : Au terme du 2ème jour de la formation, le formateur procédera à l'évaluation permettant de déterminer si la technique est acquise et remettra une attestation de formation en fonction des résultats obtenus.

CONTENU DE LA FORMATION

Jour 1

Principes et théories de la réflexologie

Les différents types de réflexologie et mode d'action- les indications de la réflexologie palmaire - le Vocabulaire de la réflexologie et de la réflexologie palmaire

Les bases de la pratique :

Cartes des zones réflexes des mains, les mouvements de base, les mouvements de relaxation de la main - les conditions de réussite d'une séance : préparation matérielle, le positionnement du receveur, la prise en charge du receveur, le déroulement de la séance, l'interprétation des ressentis

Jour 2

Pratique du Protocole détente de 20 min

Pas à pas, avec démonstration puis pratique en binôme

Réalisation d'une séance

Echanges sur les ressentis, évaluation

Conclusion

- 1) Validation des connaissances
- 2) Questions / Réponses
- 3) Bilan et Évaluation du stage