

FORMATION
REFLEXOLOGIE PLANTAIRE PERSONNEL SOIGNANT
(2JOURS)

PROGRAMME DETAILLE

Jour 1

Matin

- Présentation des stagiaires et du programme
- Décrire ce qu'est la réflexologie plantaire
- Etudier et Pratiquer les différentes techniques de massage
- Pratique des manœuvres de préparation et de relaxation des pieds

Après-Midi

- Etude des zones réflexes sur cartographie de la 1ère partie du protocole
- Placer en pratique les différentes zones réflexes sur les pieds
- Pratique du la 1ere partie du protocole en binôme

Jour 2

Matin

- Révision de la 1ère partie du protocole
- Etude des zones réflexes sur cartographie de la 2ème partie du protocole
- Pratique de la 2eme partie du protocole

Après-Midi

- Pratique du protocole en entier
- Noter Les précautions et les contre indications
- Etudes de cas particuliers (sommeil, jambes lourdes, constipation...)
- Etude de zones réflexes sur cartographie
- Placer en pratique les différentes zones réflexes sur les pieds
- Pratique du protocole de relaxation en binôme (de façon à ce que chaque participant puisse donner et recevoir afin de se familiariser avec la technique et d'observer les effets de la séance.