

INTITULÉ DE LA FORMATION

LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- La réflexologie est une science ancestrale dont les origines remontent au temps de l'ancienne Egypte (de nombreuses fresques et hiéroglyphes retrouvés sur des tombeaux nous le prouvent).
- A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de décoder les signes de dysfonctionnement et d'agir sur différents organes, fonctions, glandes, émonctoires ou systèmes par des pressions ciblées sur certaines zones du pied afin que le corps retrouve l'homéostasie.

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES À LA FORMATION

- Ouvert à tout public
- Pour suivre le programme, les conditions d'accès sont les suivantes:
 - pré-requis : aucune connaissance
 - niveau : aucun diplôme particulier exigé

CONTENU ET DÉROULEMENT

- Accueil des participants, présentation de la formation et de ses objectifs.
- Quizz d'évaluation des connaissances en début de formation.
- Identification des attentes des participants
- Mise en œuvre des exercices de confiance en lien avec le thème pour créer une bonne dynamique de groupe
- Qu'est-ce que la réflexologie et comment agit-elle ?
- L'art de la réflexologie
- L'efficacité de la réflexologie
- La préparation pour une séance de réflexologie
- La construction d'une séance de réflexologie
- Les réactions possibles après une séance
- Le mouvement de reptation, les différentes poses des mains
- La cartographie plantaire
- Les zones réflexes
- Lecture des pieds, les différents systèmes
- Quizz d'évaluation des connaissances en fin de formation.
- Une évaluation de satisfaction globale des stagiaires sera effectuée en fin de formation
- Remise à chaque stagiaire d'une « attestation de fin de formation »

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exercices adaptés autour de différentes notions telles que la confiance en soi et en l'autre, le lâcher-prise, l'écoute active, le respect, la prise de conscience de son schéma corporel, les intentions dans le toucher....
- Ateliers pratiques de réflexologie plantaire en binôme ou en groupe.
- Exploitation des situations vécues par les stagiaires. Etudes de cas pratiques
- Livret théorique remis à chaque stagiaire
- Espace de parole possible à tout moment
- Jeux de rôle
- Apports théoriques

DURÉE

- L'action sera d'une durée de 28 heures, réparties comme suit : 2 sessions de 2 journées.

FICHE PÉDAGOGIQUE RÉFÉRENCE ACTION RP

DOMAINE
Santé – Bien-être

DURÉE
28 heures

CALENDRIER
Dates sur le site
www.arterogilles.com

TARIFS:
700€ TTC

LIEU:
Les Jardins d'Ortigia
« Les Carles » 81110
DOURGNE

**ORGANISME DE
FORMATION**
ARTERO Gilles

FORMATEUR
ARTERO Gilles

**N° DE DÉCLARATION
D'ACTIVITÉ**
76810177781
enregistré auprès du préfet
de région Occitanie

CONTACT
ARTERO Gilles
06 19 56 79 72
contact@arterogilles.com