



### **Réflexologie palmaire**

La réflexologie palmaire agit par l'acupression et la stimulation de points réflexes spécifiques dans le but de soulager le stress et la douleur et agir favorablement sur des affections de l'organisme.

Les zones sensibles des mains sont situées en surface, à l'intérieur de celles-ci et sur les phalanges.

### **Public & Objectif**

La session de réflexologie palmaire est accessible aux :

Professionnels des métiers de la santé (médical et paramédical) souhaitant ajouter les techniques de réflexologie à leurs techniques de travail.

Professionnels des métiers des services aux personnes, du bien-être et de l'esthétique.

À toutes personnes en reconversion professionnelle souhaitant travailler dans les métiers du bien être, de la relation d'aide et de l'accompagnement.

L'objectif de cette formation est l'acquisition de la technique de réflexologie palmaire et sa mise en pratique professionnelle.

Cette formation entre dans le cursus de réflexologue préparant à la certification de réflexologue (RNCP – 23816).

### **Organisation de la formation**

La session de réflexologie palmaire se déroule sur 2 journées de 8h, ce qui fait un total de 16h de formation.

Les modules se déroulent sur deux axes : les matinées sont dédiées à la théorie, les après-midis sont dédiés à la pratique en binôme.

Les groupes sont de 6 stagiaires minimum et 12 au maximum. Le but étant de permettre à nos stagiaires de pratiquer avec un encadrement professionnel, adaptable et personnalisé.

Les personnes chargées de la formation sont :

Audrey CARTAGENA, réflexologue, praticienne & formatrice en réflexologie Dien Chan, agréée par le Pr. Bùì Quôc Châu, en réflexologies palmaire et réparatrice.

### **Programme**

#### Jour 1

Présentation de élèves et de leurs cursus

Définition de la réflexologie

Indications et contre indications

Les différentes techniques de stimulation

Découverte des zones reflexes et schémas sur la main

Apprentissage des méridiens sur la main

Prise de contact

Début du protocole

#### Jour 2

Technique de relaxation de la main

Les différentes zones réflexes à travailler

Tête, cerveau, système nerveux et colonne vertébrale

Système urinaire, lymphatique, plexus solaire...

points d'acupuncture pour clôturer le travail sur la main

Prise de contact

protocole complet