



La réflexologie faciale peut se définir par l'association :

- de schémas de réflexion (planches) reflétant le corps sur le visage ou sur une autre partie du corps de points réflexes (différents des points d'acupuncture) utilisés seuls ou combinés entre eux
- d'outils de stimulation permettant d'agir sur les zones et points réflexes de différentes manières.

Comme toute technique de réflexologie, la réflexologie faciale agit par stimulation de zones et/ou de points réflexes avec les doigts ou avec des outils spécifiques.

L'objectif de cette formation est l'acquisition de la technique de réflexologie faciale et sa mise en pratique Professionnelle (en référence à la fiche ROME K1103 de relaxologie).

Cette formation entre dans le cursus de réflexologue préparant à la certification de réflexologue (RNCP – 23816) et la certification de technicien de massage bien-être (RNCP - 34921).

### **Organisation de la formation**

La session « gestion du stress et de la douleur » est organisée sur 6 jours de formation (42 h).

Les modules se déroulent sur deux axes :

- les matinées sont dédiées à la théorie
- les après-midis sont dédiés à la pratique soit en binôme.

Les groupes sont de 12 stagiaires maximum.

Les personnes chargées de la formation sont Audrey CARTAGENA et/ou Angélique CRUX, réflexologues, praticiennes & formatrices.

### **Public & Objectif**

La session 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.

### **Programme de la formation**

#### **Jour 1 & 2**

- Historique de la technique de réflexologie faciale.
- Philosophie du TUY.
- Approche des premiers points.
- Principe de base : le yin & le yang.
- Les différents principes de stimulation.
- Les 12 gestes matinaux.
- Découverte des points fixes et vivants.
- Les schémas de réflexion.
- Les 6 zones.

#### **Jour 3 & 4**

- Hygiène et contre-indications
- Étude de points (lire et appliquer).
- Les outils spécifiques, outils yin et outils yang.
- Technique pour travailler les formules de points.
- Les points BQC.
- Les formules de base.

#### **Jour 5 & 6**

- Les 12 nerfs crâniens.
- Système sympathique et parasympathique.
- Mise en situation, présenter le processus de la méthode de réflexologie et animer une séance individuelle.
- Contrôle des connaissances, validation des acquis, remise des attestations.