



*École Réflexologie Sud*

## **PROGRAMME DE FORMATION LA RÉFLEXOLOGIE FACIALE**

### **Gestion du stress et de la Douleur**

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.

#### **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.

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 relaxologue).

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 5 jours de formation (40 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 :

Marie PICHERIT et/ou Audrey CARTAGENA, 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.