INSTITUT DE FORMATION ELIXIR
Apprendre, communiquer, ressentir
Tél : 06 09 57 37 32
Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00028

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE, PALMAIRE ET FACIALE : FORMATION COMPLETE

PUBLIC CONCERNE

Infirmiers.
Tous les professionnels de santé ayant des connaissances anatomiques et une pratique régulière en lien direct avec des patients.

RESUME

La réflexologie est une stimulation douce de points spécifiques, qui ont une correspondance avec les organes principaux. Grâce à son action relaxante, équilibrante et libératrice, elle fait partie des méthodes les plus efficaces pour gérer le stress, les angoisses ou les douleurs physiques. Cette méthode ancestrale est appréciée des patients par son approche douce et non intrusive.
La réflexologie plantaire ne se réduit pas à stimuler des points sur la plante des pieds pour résoudre un symptôme. Les pieds sont nos racines, notre ancrage et sont le miroir de notre santé en résonnance avec les énergies de tout notre corps. L'approche de l'anatomie et la physiologie de façon analytique, globale et symbolique nous permettra de comprendre ces liens.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Permettre aux participants :

- D'acquérir les connaissances et aptitudes pour établir une relation de confiance en utilisant le toucher comme acte de soin, selon les recommandations de la SFAP.
- De savoir observer et décoder les messages corporels non verbaux de la personne souffrante (tensions, bien-être, besoins, souffrance physique ou morale, somatisation ...)
- D'utiliser de nouveaux outils : techniques spécifiques de réflexologie plantaire, palmaire et faciale (Méthode Ingham)
- De s'interroger sur ses pratiques professionnelles actuelles et d'intégrer de nouvelles méthodes de toucher aux soins
- De s'appuyer sur les bases d'une anatomie vivante et de la physiologie pour trouver les gestes justes.

COMPETENCES ATTENDUES

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Reconnaitre la douleur exprimée ou non (observation des signaux non verbaux)
- Masser une zone définie sans appréhension
- Soulager une zone douloureuse en massant la zone correspondante sur les pieds
- Détendre un patient stressé en lui proposant un massage de réflexologie
- Faire une séance complète de réflexologie plantaire, palmaire et faciale.

JOURNEE 1 : MATIN DE 9H A 12H30
ANATOMIE DU PIED ET DU MEMBRE INFERIEUR
ANATOMIE DE LA MAIN ET DU MEMBRE SUPERIEUR

Pied et membre inférieur

- Morphologie – palpation
- Ostéologie
- Les articulations et ligaments
- Les muscles
- La symbolique : l'ancrage
- Pathologies, lésions

Pause de 10h30 à 10h45

Main et membre supérieur

- Morphologie – palpation
- Ostéologie
- Les articulations et ligaments
- Les muscles
- La symbolique : la créativité
- Pathologies, lésions

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOURNEE 1 : APRES MIDI DE 14H A 17H30
ANATOMIE DE LA COLONNE VERTEBRALE, CEINTURE PELVIENNE ET CEINTURE SCAPULAIRE
L'APPAREIL RESPIRATOIRE ET LE SYSTEME CARDIO-VASCULAIRE

Colonne vertébrale et ceinture pelvienne

- Posturologie – palpation
- Ostéologie
- Les articulations et ligaments
- Les muscles
- La symbolique : l'axe et les fondements
- Pathologies, lésions : Arthrose et rhumatismes, douleur sciatique, ostéoporose, le lumbago, le torticolis, la polyarthrite rhumatoïde, la spondylarthrite

Système respiratoire

- Les organes des voies respiratoires supérieures
- Les organes des voies respiratoires inférieures
- Les organes intervenant dans la respiration : Poumons, diaphragme, muscles abdominaux
- Les mécanismes de la respiration
- La symbolique : l'arbre, donner-recevoir
- Pathologies : Apnée du sommeil, asthme, bronchite, grippe, pneumonie

Système cardio-vasculaire

- Le cœur
- Système sanguin
- Système lymphatique : Amygdales/ganglions du cou/citerne de Pecquet/thymus/rate /ganglions de l'aine
- Composition du sang
- Symbolique du cœur : Le vase
- Pathologies : Accident vasculaire cérébral, excès de cholestérol, hémorroïdes, hypertension artérielle, jambes lourdes, varices

Les troubles du système lymphoïde

- Lymphœdème
- Adénopathie
- Lymphome

JOURNEE 2 : MATIN DE 9H A 12H30
LE SYSTEME DIGESTIF
LE SYSTEME NERVEUX

Le système digestif

- Morphologie et palpation des différents organes : Estomac, foie, vésicule biliaire, intestin grêle, valvule iléo-caecale, colon
- Physiologie et mécanismes de la digestion
- Symbolique des différents organes
- Pathologies : Reflux gastro-œsophagien, ulcère de l'estomac, calculs biliaires, hépatite Diabète, constipation, gastro-entérite, intolérances alimentaires, maladie de Crohn, rectocolite hémorragique, parasitose

Pause de 10h30 à 10h45

Le système nerveux

- Le cerveau
- Le système nerveux central : Système sympathique et parasympathique
- Le système nerveux périphérique : exemple du nerf sciatique
- La symbolique
- Les troubles neurologiques : Troubles liés au stress, dépression, insomnie, fibromyalgie, méningite, épilepsie, maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson, sclérose en plaque.

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOURNEE 2 : APRES MIDI DE 14H A 17H30
LE SYSTEME ENDOCRINIEN
LES ORGANES DES SENS
LE SYSTEME UROGENITAL
LA PRESENTATION DES 7 CENTRES ENERGETIQUES

Le système endocrinien

- Morphologie et palpation : Hypophyse, épiphyse, thyroïde, parathyroïdes, thymus, surrénales, pancréas, gonades
- La symbolique des différentes glandes
- Pathologie : Hyperthyroïdie, hypothyroïdie, diabète

Les organes des sens

- Morphologie et palpation :
  1. Les yeux
  2. Le nez
  3. Les oreilles
  4. Bouche
  5. Peau
- Physiologie de la vue, de l'ouïe, de l'odorat, du goût, du toucher
- Symbolique
- Les troubles de la sphère ORL : Glaucome, conjonctivite, dégénérescence maculaire liée à l'âge, acouphènes et bourdonnements d'oreille, la maladie de Ménière, rhinite allergique, sinusite, angine et maux de gorge, maux de tête et migraine

Le système urogénital

- Le système urinaire
  - Morphologie et palpation
  - Anatomie : Reins, vessie, uretère
  - La symbolique
  - Les troubles du système urinaire : Calculs rénaux et colique néphrétiques, incontinence urinaire, infection urinaire, hyperplasie bénigne de la prostate
- Le système génital
    - L'appareil génital féminin
    - L'appareil génital masculin
  - Morphologie et anatomie vivante
  - La symbolique
  - Les troubles : Syndromes liés à la ménopause, mycose vaginale, troubles de l'érection, syndrome prémenstruel, VIH et SIDA

JOUR 3 DE 9H A 10H30
APPROCHE DE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (1ère partie)

➢ Origines et évolutions

- Présentation, définition et historique de la réflexologie plantaire
- Les zones corporelles selon le docteur Fitzgerald
- Les zones réflexes selon la méthode Ingham

➢ Appréhender la réflexologie

- Projection du corps dans les pieds
- Les lignes transversales
- Zones directes et zones d'aides
- Les bienfaits, les applications et les effets
- Limites, précautions, contre-indications et réactions possibles
- Fréquence et durée des séances

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 3 DE 10H45 A 12H30
APPROCHE DE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (2ème partie)

➢ Anatomie du pied

- Morphologie
- Cambrures
- Lésions

Préparation au massage réflexologique et gestes d'hygiène
La prise en charge de la personne recevant la séance
L'aspect des pieds et interprétations

➢ Les techniques du toucher réflexologique

- La reptation
- Le plié-tiré
- La rotation

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 3 DE 14H A 17H30
APPRENTISSAGE DE MOUVEMENTS DE RELAXATION EN BINOME

- Prise de contact
- Relaxation des métatarses et de la cheville
- Effleurage du pied
- Rotation des orteils (Relaxation des organes des sens)
- Ouverture du pied (Relaxation de la cage thoracique)
- L'étau (Relaxation du système cardio vasculaire et respiratoire)
- Le lissage plantaire (Relaxation du système digestif)
- Rotation de la cheville (Relaxation bassin et lymphatique inférieur)
- Le lympho-calca-glissé (Relaxation du système lymphatique)

JOUR 4 DE 9H A 10H30
REVISION DES MOUVEMENTS

Reprise de la globalité des mouvements d'apprentissage de relaxation afin d'acquérir un automatisme.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 4 DE 10H45 A 12H30
LOCALISATION DES POINTS SPECIFIQUES

- Le diaphragme
- Le plexus solaire
- La colonne vertébrale

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 4 DE 14H A 17H30
APPRENTISSAGE DE MOUVEMENTS DE RELAXATION EN BINOME

- Traction accompagnée
- Effleurage plantaire papillon
- Grande virgule (Relaxation du système digestif)
- Vague métatarso-phalangienne allongée (Relaxation poumon/thorax et organes des sens)

JOUR 5 DE 9H A 10H30
ECHANGES ET REVISIONS

Echange sur la mise en pratique des mouvements appris auprès des patients et des différentes réactions et difficultés rencontrées.
Révision des mouvements et points principaux, massage réflexologique en binômes.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 5 DE 10H45 A 12H30
APPROCHE DE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

- Comment agissent les points reflexes
- Examen des pieds
- Les cristaux
- La sensibilité et la signification des zones douloureuses
- L'information à l'organisme et le choix des zones à manipuler
- Les différentes réactions
- Les liens émotions/organes

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 5 DE 14H A 17H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES COURANTES

➢ Troubles du système cardiovasculaire

- Accident vasculaire cérébral
- Excès de cholestérol
- Hémorroïdes
- Hypertension artérielle
- Jambes lourdes
- Varices

➢ Les troubles des voies respiratoires

- Apnée du sommeil
- Asthme
- Bronchite
- Grippe
- Pneumonie

➢ Localisations des points du système respiratoire

- Cœur
- Poumons
- Thorax
- Nez/Larynx
- Sinus

JOUR 6 DE 9H A 10H30
REVISION DES MOUVEMENTS

Reprise de la globalité des mouvements d'apprentissage du jour 5 afin d'acquérir un automatisme.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 6 DE 10H45 A 12H30
CORRESPONDANCE ZONES REFLEXES ET LOCALISATIONS

➢ Le système digestif sous le pied

- Estomac
- Foie
- Vésicule biliaire
- Intestin grêle
- Valvule iléo-caecale
- Colon

➢ Localisation de points du système digestif

- Bouche
- Œsophage
- Foie/vésicule biliaire
- Pancréas
- Estomac

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 6 DE 14H A 17H30
LOCALISATIONS ET TROUBLES DU SYSTEME DIGESTIF

- Intestin grêle/valvule iléo-caecale
- Colon/anse sigmoïde
- Rectum/anus

➢ Les troubles du système digestif

- Reflux gastro-œsophagien
- Ulcère de l'estomac
- Calculs biliaires
- Hépatite
- Diabète
- Constipation

- Gastro-entérite
- Intolérances alimentaires
- Maladie de Crohn
- Rectocolite hémorragique
- Vers intestinaux

➢ ***Cas concret à expérimenter et à consigner par écrit.***

JOUR 7 DE 9H A 10H30
ECHANGES ET REVISIONS

Echange sur la mise en pratique des mouvements appris auprès des patients et des différentes réactions et difficultés rencontrées.
Révision des mouvements de relaxation et des différents systèmes étudiés en binômes.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 7 DE 10H45 A 12H30
RAPPELS ANATOMIQUES ET LOCALISATIONS

➢ **Rappel des grandes lignes du système endocrinien**

➢ **Localisation des points du système endocrinien**

- Hypophyse
- Epiphyse
- Thyroïde et parathyroïdes
- Thymus
- Surrénales
- Pancréas
- Gonades

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 7 DE 14H A 17H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES COURANTES

➢ Les troubles des glandes endocrines

- Hyperthyroïdie
- Hypothyroïdie
- Diabète

➢ Localisation des points de la sphère ORL

- Oreilles
- Yeux
- Tête
- Nez/bouche
- Sinus

➢ Les troubles de la sphère ORL

- Glaucome
- Conjonctivite
- Dégénérescence maculaire liée à l'âge
- Acouphènes et bourdonnements d'oreille
- Les bouchons de cérumen
- La maladie de Ménière
- Rhinite allergique
- Sinusite
- Angine et mal de gorge
- Maux de tête et migraine

JOUR 8 DE 9H A 10H30
REVISION DES MOUVEMENTS

Reprise de la globalité des mouvements d'apprentissage du jour 5 afin d'acquérir un automatisme.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 8 DE 10H45 A 12H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES COURANTES

➢ **Localisation de points spécifiques du système urinaire**

- Vessie
- Uretère
- Rein

➢ **Les troubles du système urinaire**

- Calculs rénaux et colique néphrétiques
- Incontinence urinaire
- Infection urinaire
- Hyperplasie bénigne de la prostate

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 8 DE 14H A 17H30
PREPARATION D'UN MEMOIRE ET JEUX DE ROLES

➢ Préparation en vue de la rédaction d'un mémoire à remettre le jour de l'évaluation : choix des patients, anamnèse, préparation des séances, rédaction, présentation, contenu.

➢ Jeux de rôles autour de l'accueil et de l'approche d'un patient.

JOUR 9 DE 9H A 10H30
ECHANGES ET REVISIONS

Echange sur la mise en pratique des mouvements appris auprès des patients et des différentes réactions et difficultés rencontrées.
Révision des mouvements de relaxation et des différents systèmes étudiés en binômes.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 9 DE 10H45 A 12H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES

➢ Localisation de points spécifiques du système locomoteur

- Les membres
- Genoux-coude
- Epaules
- Ceinture scapulaire

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 9 DE 14H A 17H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES

- Trapèzes
- Muscles dorsaux
- Tempes/muscles du cou
- Muscles intercostaux/muscles abdominaux
- Petit bassin/grand bassin
- Articulation de la hanche

➢ Les troubles de l'appareil locomoteur

- Arthrose et rhumatismes
- Douleur sciatique
- Ostéoporose
- Le lumbago
- Le torticolis
- La polyarthrite rhumatoïde
- La spondylarthrite

JOUR 10 DE 9H A 10H30
REVISION DES MOUVEMENTS

Reprise de la globalité des mouvements d'apprentissage du jour 9 afin d'acquérir un automatisme.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 10 DE 10H45 A 12H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES COURANTES

➢ Le système nerveux : localisation sur les pieds

- Cerveau
- Colonne vertébrale
- Nerveux sympathique/nerveux parasympathique
- Nerf sciatique : descendant, sous talon, ascendant.

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 10 DE 14H A 17H30
LOCALISATIONS ET PATHOLOGIES COURANTES

➢ Les troubles liés au système nerveux

- Troubles liés au stress
- Dépression
- Insomnie
- Fibromyalgie
- Méningite
- Epilepsie
- Maladie d'Alzheimer
- Maladie de Parkinson
- Sclérose en plaque

➢ Localisation sur les pieds du système lymphatique

- Amygdales
- Ganglions du cou
- Citerne de Pecquet
- Thymus

- Rate
- Drainage de la lymphe
- Ganglions de l'aine

➢ Les troubles du système lymphoïde

- Lymphœdème
- Adénopathie
- Lymphome

JOUR 11 DE 9H A 10H30
REVISION DE TOUS LES MOUVEMENTS ET LOCALISATION DE POINTS

Echange sur la mise en pratique des mouvements appris auprès des patients et des différentes réactions et difficultés rencontrées.
Révision des différents systèmes étudiés en binômes.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 11 DE 10H45 A 12H30
LOCALISATION DE POINTS ET PATHOLOGIES COURANTES

➢ Localisation de points du système génital

- Trompes de Fallope-canal déférents
- Ovaires-testicules
- Utérus-prostate
- Petit bassin
- Glandes mammaires

➢ Troubles gynécologiques

- Syndromes liés à la ménopause
- Mycose vaginale
- Troubles de l'érection
- Troubles des règles
- VIH et SIDA

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 11 DE 14H A 17H30
REFLEXOLOGIE PALMAIRE

- Fonctionnement
- Indications thérapeutiques
- Contre-indications

➢ **Repère et massage de points réflexes sur les mains**

- Colonne vertébrale
- Diaphragme
- Plexus
- Cœur
- Les membres - les épaules
- Lymphatique supérieur
- Thorax poumons
- Les organes des sens
- Les organes digestifs

JOUR 12 DE 9H A 10H30
REVISION DE TOUS LES MOUVEMENTS ET LOCALISATION DE POINTS

Echange sur la mise en pratique des mouvements appris auprès des patients et des différentes réactions et difficultés rencontrées.
Révision des différents systèmes étudiés en binômes.

Pause de 10h30 à 10h45

JOUR 13 : LES BASES DE LA REFLEXOLOGIE FACIALE
DIEN CHAN DE 10H45 A 12H30

- Origine du Dien Chan : entre tradition vietnamienne et médecines contemporaines0
- Les Principes
- Les bases du Dien Chan
- Les limites

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 13 : LA REFLEXOLOGIE FACIALE – ACQUISITION DES CONNAISSANCES ET APPLICATIONS PRATIQUES DE 14H A 17H30

- Principes de stimulation et modes opératoires
- Les 8 règles d'activation du Dien Chan
- Les outils conçus par le professeur Chau

Les schémas de réflexion :

- Les organes internes sur le visage
- Les organes internes sur le front
- Homme Yang /Femme Ying

- Stimulation avec les outils

- Les points BQC
- Correspondance des points BQC avec le corps

JOUR 14 DE 9H A 10H30
LA REFLEXOLOGIE EN SOINS PALLIATIFS

La prise en charge de la douleur et des soins palliatifs nécessite une approche globale. Vous allez acquérir, comprendre et développer des compétences spécifiques dans les soins palliatifs. Cette approche va vous permettre de mieux appréhender ses personnes et leurs aidants afin de travailler sur leurs souffrances, le deuil et la gestion des émotions.

- Attentes des participants et feuilles d'émergement
- Soins palliatifs : définition et textes règlementaires

Pause de 10h30 à 10h45

· JOUR 14 DE 10H45 A 12H30

- Soins palliatifs et le projet de vie
- Les différentes approches du patient
- Les étapes de fin de vie

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 14 DE 14H A 17H30
LES EMOTIONS ET LES SOINS PALLIATIFS (SUITE)

- Faciliter la communication avec les malades en fin de vie
- Travail sur les émotions et les stades de la vie
- Toucher relationnel et le dos
- Traitements non médicamenteux

JOUR 15 DE 9H A 10H30
LES DOULEURS ET MEDECINES ALTERNATIVES

- Reprise des acquis de la veille
- Explication des douleurs
- Mise en place d'un atelier de relaxation

· *Pause de 10h30 à 10h45*

JOUR 15 DE 11H A 12H30
REFLEXOLOGIE ET AROMATHERAPIE

- Les précautions d'emploi des huiles essentielles
- Les toxicités
- Les huiles et leurs emplois

Repas en groupe et échanges : 12h30-14h

JOUR 15 DE 14H A 17H30

- Utilisation des huiles sur les pieds en réflexologie plantaire (mouvements de relaxation)
- Utilisation des huiles sur les mains en réflexologie palmaire (mouvements de relaxation et gestion de la douleur)

JOUR 16 DE 9H A 10H30
REFLEXOLOGIE PEDIATRIQUE

Prise en charge de la douleur liée aux pathologies du nourrisson et de l'enfant
Par la réflexologie pédiatrique

La prise en charge de la douleur chez le nourrisson et l'enfant, nécessite que l'on s'adapte à ses réactions, à ses émotions et que l'on sache interpréter sa communication

- Soulager certains maux spécifiques aux nourrissons et aux enfants, en utilisant le toucher comme acte de soin.
- Reconnaitre une zone perturbée
- Le langage du toucher indispensable à la croissance et au développement de l'enfant.
- Comment travailler avec l'enfant
- Condition d'une bonne réflexologie pédiatrique
- Le toucher Pédiatrique.

· *Pause de 10h30 à 10h45*

JOUR 16 DE 11H A 12H30
REFLEXOLOGIE PEDIATRIQUE (SUITE)

- Exposé sur la réflexologie en fonction de l'âge (0-12 ans)
- Accompagner la mise en place de la prévention d'une digestion harmonieuse pour le tout petit (Reflux, coliques, constipation)
- Prévenir et soulager les maux qui affectent les voies respiratoires des nouveau-nés et des enfants

- Gérer les troubles liés au sommeil et à l'anxiété
- Protocole spécifique aux problèmes de peau : eczéma, psoriasis.

JOUR 16 DE 14H A 17H30
PREPARATION A L'EXAMEN

Evaluation des connaissances : anatomie, physiologie et pathologies courantes
Evaluation des connaissances : théorie

JOUR 17 DE 9H A 10H30
PREPARATION A L'EXAMEN

Evaluation des connaissances : anatomie, physiologie et pathologies courantes

---

· *Pause de 10h30 à 10h45*

JOUR 17 DE 10H45 A 12H30
PREPARATION A L'EVALUATION

Evaluation des connaissances : théorie

· *Repas en groupe et échanges : 12h30-14h*

JOUR 17 DE 14H A 17H30
EVALUATION DES CONNAISSANCES
ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

- Mise en place d'une séance complète de réflexologie
- Remise du mémoire.

- Questionnaire de satisfaction écrit pour vérifier que les besoins des participants aient été

respectés et quelles actions d'amélioration peuvent être mises en œuvre

- Evaluation orale pour améliorer le contenu de la formation, le support écrit, le déroulement ou les thèmes abordés (propos retranscrits sur une fiche formateur)
- Temps d'échange oral avec le formateur pour :
  - ✓ S'assurer que les attentes des participants aient été entendues
  - ✓ Vérifier que tous les points exposés dans le programme aient été traités
  - ✓ Être à l'écoute des actions que l'organisme peut mettre en place pour améliorer leur pratique professionnelle
  - ✓ Répondre à d'éventuelles questions sur le contenu de la formation

ANATOMIE, PHYSIOLOGIE ET PATHOLOGIES COURANTES : SYLVIE CARAYON

MATERIEL PEDAGOGIQUE

- Vidéo projecteur
- Paperboard
- Support de cours

METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques et méthodologiques
- Ateliers pratiques avec l'anatomie palpatoire
- Etude de cas concrets autour des pathologies évoquées

RECOMMANDATIONS

Prévoir une tenue confortable

FORMATRICE

Sylvie CARAYON :
Masseur kinésithérapeute DE de formation
Formatrice en formation continue
Thérapeute Psycho Corporel et Art-thérapeute évolutive

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE, PALMAIRE ET FACIALE : LUCIE HERVE/ISABELLE THOMAS

MATERIEL PEDAGOGIQUE

- chaises de massage (prévoir l'achat d'un fauteuil LAFUMA pour la pratique de la réflexologie plantaire)
- Talc
- Coussins
- Lingettes nettoyantes
- Paperboard
- Vidéo projecteur

METHODES PEDAGOGIQUES

Automassage de certaines zones du pied pour mémoriser les mouvements et ressentir leurs effets et application des apprentissages en binôme.
Exercices et ateliers en groupe pour évaluer l'assimilation des connaissances et ressenti.
Etudes de cas concrets par des mises en situation en groupe.
Echanges en binôme sur le ressenti et les difficultés de chacun après chaque pratique.
Observation par l'intervenant des participants pendant les pratiques pour s'assurer de la bonne assimilation des techniques.
Tour de table pour lister les attentes des participants et les difficultés rencontrées.
L'enseignement théorique et les sessions pratiques sont accompagnés de documents pour faciliter la compréhension. La pratique est au cœur de notre enseignement grâce à l'intervenante qui est une professionnelle installée. Elle apporte à nos étudiants son expérience et des outils pratiques.

RECOMMANDATIONS

- Prévoir un drap de bain et une tenue confortable
- Éviter si possible le port de bijoux (notamment les bagues)
- Prévoir des feutres ou crayons de couleur (facultatif)
- Prévoir l'achat, par les apprenants d'un relax de marque LAFUMA pour une meilleure pratique tout au long de la formation.

FORMATRICES

Lucie HERVE

- Sophrologue / Relaxologue
- Réflexologue (Méthode Ingham)
- Formation de conseiller en « fleurs de Bach »
- Formation à la pratique des huiles essentielles

Isabelle THOMAS

- Réflexologue plantaire, palmaire, crânienne et faciale (RNCP niveau II) : méthodes Ingham, Porter, Booth, Concept Boitout Vadala
- Formatrice en réflexologie

REFLEXOLOGIE ET SOINS PALLIATIFS ET GESTION DE LA DOULEUR : SYLVIE FOURNIER

MATERIEL PEDAGOGIQUE

- Vidéo projecteur
- Paperboard
- Support de cours (sous forme USB)

METHODES PEGAGOGIQUES

Les apprenants seront au cœur des apprentissages :

- Interrogatives ➔brainstorming/discussions
- Expositives ➔ diaporama
- Actives ➔ cas concret et recherche
- Démonstratives ➔ mise en pratique

Toutes ses méthodes permettront d'obtenir une bonne cohésion de groupe et une bonne dynamique.

FORMATRICE

FOURNIER Sylvie

- Diplômée état

- DU prise en charge de la douleur
- Certification en éducation thérapeutique
- Certification professionnelle de formatrice adulte
- Formation en soins palliatifs
- Formation relation soignant-soigne
- Infirmière SFETD (société française d'étude et de traitement de la douleur)
- Formation en consultation infirmière
- Réflexologue
- Formation formateur niveau 1 et 2
- Formation toucher massage niveau 1

NOMBRE DE PARTICIPANTS

14 au maximum

DUREE ET HORAIRES

17 journées présentielles (119heures)
Prévoir 50 heures pour la préparation du mémoire
De 9 h à 12 h 30 et de 14 h à 17 h 30