

Programme détaillé de la formation

Initiation à la réflexologie :

Savoir réaliser un protocole de relaxation simple pour soi et ses proches.

Module Visage.

Formatrice : Maud Boulanger Jeuneau

Durée :

1 jours, soit 7 heures, en présentiel.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les zones réflexes du visage en lien avec une séance de relaxation.
- Apprendre à réaliser un protocole complet de relaxation.
- Adopter une posture professionnelle et bienveillante pendant la pratique.

Méthodes pédagogiques :

La formation alterne des apports théoriques et de la pratique guidée :

- *Démonstrations et pratique en binôme, ou sur soi ou sur la formatrice.
- *Observation, corrections et échanges pédagogiques.
- *Jeux et quizz.
- *Support de cours papier fourni.

Contenu détaillé : séance de relaxation simple sur le visage.

- Anatomie simplifiée du visage : repérage des zones réflexes en lien avec une séance de relaxation.
- Hygiène, posture et pratique sur soi, sur une autre personne.
- Enchaînement complet du protocole.

Évaluation et validation :

Les acquis sont évalués tout au long de la formation par :

- Observation directe de la pratique.
- Échanges avec la formatrice.
- Exercices et quizz réalisés par le participant.

Une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire ayant suivi l'intégralité du programme.