

Réflexologie plantaire périnatale & pédiatrique

2 modules de 2 jours, soit 28 heures en présentiel
avec Aliénor ROCHER

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

OBJECTIFS :

La pratique de la réflexologie plantaire se réalise par des touchers spécifiques sous et sur le pied. Nos pieds seraient le reflet miniature de notre corps et de nos organes.

Via la stimulation de zones et de points réflexes au niveau des pieds, cette technique permet de stimuler les facultés d'auto-régulation du corps et ainsi de maintenir l'homéostasie. La réflexologie est une pratique idéale pour induire un état de relaxation profond mais aussi pour prévenir tous les petits maux du quotidien.

Lors de la grossesse, nous pourrions aider la maman dans les troubles liés à la grossesse (nausées, douleurs rachidiennes, ...) mais aussi soutenir le travail et la détente lors de l'accouchement. La réflexologie plantaire aura aussi toute sa place dans le projet de conception (détoxifier le corps, soulager les angoisses, ...) mais aussi après l'arrivée de bébé. Ces mêmes bébés qui pourront eux aussi bénéficier de petits massages pour les maux de tous les jours mais aussi pour les plus grands.

À la fin de la formation, le stagiaire doit pouvoir appliquer et adapter des protocoles de traitement en réflexologie plantaire pour la femme enceinte mais aussi pour les bébés et les enfants.

Objectifs :

- Apprendre les bases de la réflexologie plantaire
- Connaître les spécificités de la prise en charge réflexologique de vos patientes de la préconception à l'accouchement, et de la naissance à l'adolescence
- Mise en pratique de protocoles spécifiques à la périnatalité
- Savoir créer des protocoles de soins en fonction des pathologies rencontrées et apprendre à les adapter à chaque âge.

PROGRAMME :

- **1er jour :** Aliénor ROCHER >>> Pratique : 4h30 / Théorie : 2h30
09h *Accueil des participants*
09h30 Introduction, histoire de la réflexologie, les cartographies
Anatomie du pied
10h30 Apprentissage du toucher en réflexologie, « lecture » des pieds, déroulement d'une séance de réflexologie
12h Bilan de début de séance

PROGRAMME

12h30 Déjeuner

13h30 Techniques de relaxation en réflexologie

14h30 Système endocrinien

16h Système uro-gynécologique

18h Fin de la journée

- **2ème jour** : Aliénor ROCHER >>> Pratique : 4h30 / Théorie : 2h30

09h Questions et révisions du premier jour

10h Système musculo-squelettique

11h30 Système digestif

12h30 Déjeuner

13h30 Mise en place de protocoles de traitement pour le péri-partum :

- ✓ Pré-conceptionnel
- ✓ Pendant la grossesse
- ✓ Accouchement
- ✓ Post partum

17h Techniques complémentaires

18h Fin de la journée

- **3ème jour** : Aliénor ROCHER >>> Pratique : 5h / Théorie : 2h

09h Questions et révisions des 2 premières journées

11h Système immunitaire

12h30 Déjeuner

13h30 Système respiratoire

16h Spécificités de la réflexologie en pédiatrie

Travail sur poupons des systèmes déjà vus
Mise en place de protocoles

18h Fin de la journée

- **4ème jour** : Aliénor ROCHER >>> Pratique : 4h30 / Théorie : 2h30

09h Révisions de tous les systèmes

10h Système cardio-vasculaire

11h Travail de protocoles couplés « maman-bébé »

12h30 Déjeuner

13h30 Mise en place de protocoles de traitement pour les différents maux que l'on retrouve en pédiatrie, du nouveau-né à l'adolescent : torticolis du nouveau-né, RGO, troubles du sommeil, coliques, troubles ORL, varicelle, ...

15h30 Travail sur les chakras et les techniques complémentaires

16h45 Tour de table et clôture de la formation

17h Fin de la formation

METHODOLOGIES :

Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est le format présentiel dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, en s'appuyant sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique, sur un stagiaire devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les gestes techniques entre eux en binôme et sur poupons.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Projection PPT du cours
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT
- Tables de pratiques (1 pour 2), tapis, coussins, modèles anatomiques, poupons, consommables, etc...

Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Evaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

FORMATRICE :

Aliénor ROCHER

- Masseur-kinésithérapeute DE spécialisée en périnologie et rééducation périnatale
- Yogathérapeute et Professeur de Yoga certifiée
- Diplôme en Réflexologie Plantaire