



PROGRAMME DE FORMATION

REFLEXOLOGIE ET ENERGETIQUE CHINOISE

Para+C, la Compétence au Service de l'Être, et pas l'inverse.

Objectifs de la formation :	<p>A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :</p> <ul style="list-style-type: none"> - définir les systèmes réflexes du corps - pratiquer une séance de réflexologie plantaire, auriculaire, et de Do-In - définir les 5 éléments de la médecine chinoise - établir un protocole de soin pour les rééquilibrer de façon personnalisée
Public visé :	Tout public, demandeur d'Emploi.
Niveau de connaissances préalables requis et moyens techniques :	Il est nécessaire de posséder, le niveau de connaissance(s) suivant : Savoir lire et écrire, entendre, parler et comprendre le français, et avoir accès à du matériel informatique, et d'internet.
Durée de la formation :	<p>30 heures de visionnage vidéo sur la plateforme de formation, sur 5 semaines.</p> <p>10 heures de travail personnel par semaine.</p> <p>1h30 de visioconférence en direct chaque semaine sur les horaires de disponibilités des stagiaires de la session.</p> <p>Etude de cas finale : 4 heures</p>
Lieu de la formation :	En ligne, FOAD et réunions en ligne en direct chaque semaine
Formateurs :	<p>Carmen TANGUY, Naturopathe, Reflexologue, Praticienne Shiatsu et Do-In, Formatrice Professionnelle</p> <p>CARREAU Cécilia, formatrice spécialisée en formation professionnelle, santé au naturel, entrepreneuriat du bien-être</p>
Effectif de stagiaires prévu	15 stagiaires
Moyens et méthodes pédagogiques :	<p>Accès à une plateforme en ligne</p> <p>Cours à télécharger en PDF pour étudier</p> <p>Cours expliqués en vidéos</p> <p>Cas pratiques en ligne</p> <p>Bibliographie</p>
Nature des travaux demandés au stagiaire et Temps estimé pour la réalisation de chacun d'entre eux :	<p>10 heures de travail personnel par semaine.</p> <p>QCM en fin de chaque chapitre de formation - hebdomadaire - 5 à 10 min par QCM.</p> <p>Cas pratique examen final : 4 heures</p>

Tarif de la formation	1200 euros net de taxes, exonéré de TVA, frais de dossier inclus
Délai d'accès	Toute demande d'inscription devra se faire au plus tard 15 jours avant le début d'une session de formation
Coordonnées de contact du formateur et site internet :	contact@ceciliacarreau.com 06 33 67 59 02 www.ceciliacarreau.com
Accessibilité aux personnes handicapées	Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivi.
Modalités d'accès à la formation	Un rendez-vous téléphonique est obligatoire avant toute entrée en formation, afin de vérifier la compatibilité du projet de la formation avec les souhaits du client, ainsi que les prérequis.

CONTENU DE LA FORMATION

REFLEXOLOGIE ET ENERGETIQUE CHINOISE

Module 1 – Chapitre 1 : Introduction à la réflexologie et techniques reflexes – Semaine 1 – 4h

=> Histoire et développement, principe et fonctionnement, soutien des processus biologiques et régulation d'auto-guérison, notion de microsystème, cartes

Objectif : Être capable de décrire et de localiser les systèmes reflexes de notre corps.

Module 1 - Chapitre 2 : La réflexologie plantaire et sa pratique – Semaine 1

=> Détection et manipulation des zones réflexes, déroulé d'une séance, mise en pratique d'un protocole de relaxation pour développer son toucher.

Objectif : Être capable de pratiquer une séance de 30 minutes de réflexologie bien-être lors d'une consultation.

Module 1 - Chapitre 3 : Shiatsu et Do In et sa pratique – Semaine 2

=> Histoire et développement, principe et fondement, sartographie et localisation des différents méridiens, détection et manipulation des tsubos, déroulé d'une séance, mise en pratique d'une séance de Do In de relaxation et de revitalisation

Objectif : Être capable de comprendre et de pratiquer une séance de Do-In de 15 minutes dans un but de relaxation.

Module 1 - Chapitre 4 : La réflexologie auriculaire et sa pratique – Semaine 3

=> Histoire et développement, principe et fondement, lecture de l'oreille et localisation des points, savoir réaliser plusieurs protocoles pour soulager les problématiques suivantes ; maux de l'hiver, maux de tête, concentration, sommeil, stress, brûlures d'estomac, constipation/diarrhée, douleurs lombaires, régulation de l'appétit.

Objectif : Être capable de pratiquer un protocole de réflexologie auriculaire en localisant les points reflexes associés.

Bonus : Choix des outils pour la réflexologie auriculaire
Bibliographie

Module 2 - Chapitre 1 : L'énergétique chinoise et le Tao – Semaine 4– 6h

=> Etude du Qi, compréhension du Yin et du Yang.

Objectif : Être capable de donner la définition de la médecine chinoise.

Bonus : Exercices pour découvrir quel est son élément dominant, et les façons de l'équilibrer par des moyens naturels

Module 2 - Chapitre 2 : Les 5 éléments – Élément Bois - Semaine 4

=> Introduction sur l'emploi des 5 éléments en séance, liens entre la compréhension du corps grâce à la réflexologie et l'énergétique. Etude de l'élément Bois, méridien du foie et celui de la vésicule biliaire.

Objectif : Être capable de définir les 5 éléments de la médecine chinoise.

Module 2 - Chapitre 3 : Élément Feu – Semaine 4

=> Etude de l'élément Feu, méridien du coeur et celui de l'intestin grêle, signification des maux et méthode de rééquilibrage sur des points précis.

Objectif : Être capable de localiser l'élément feu dans le corps, les maux associés, et les points de rééquilibrage.

Module 2 - Chapitre 4 : Élément Terre – Semaine 4

=> Etude de l'élément Terre, méridien de la rate et celui du pancréas, signification des maux et méthode de rééquilibrage sur des points précis.

Objectif : Être capable de localiser l'élément terre dans le corps, les maux associés, et les points de rééquilibrage.

Module 2 - Chapitre 5 : Élément Métal – Semaine 5

=> Etude de l'élément Métal, méridien du poumon et celui du gros intestin, signification des maux et méthode de rééquilibrage sur des points précis.

Objectif : Être capable de localiser l'élément métal dans le corps, les maux associés, et les points de rééquilibrage.

Module 2 - Chapitre 6 : Élément Eau – Semaine 5

=> Etude de l'élément Eau, méridien du rein et celui de la vessie, signification des maux et méthode de rééquilibrage sur des points précis.

Objectif : Être capable de localiser l'élément eau dans le corps, les maux associés, et les points de rééquilibrage.

Module 2 - Chapitre 7 : Conclusion – Semaine 5

=> Etude de cas pour maîtriser l'application de la réflexologie et de la médecine chinoise en soins.

Objectif : Être capable de déterminer l'élément dominant d'un individu et d'établir un protocole en réflexologie pour l'équilibrer.

Bonus : Etudes de cas concrètes

Bonus : Acupuncture et gestion des émotions – les points clefs