



## Perfectionnement

### « Les techniques réflexes de relaxation et de stimulation palmaire »

#### **OBJECTIF :**

Apprendre de nouvelles techniques réflexes de relaxation et de stimulation dans le cadre de la prévention et la gestion du stress. Réflexologie palmaire a une action apaisante sur le système neuro-musculo-squelettique. La réflexologie palmaire est recommandée pour les personnes âgées, femmes enceintes, et pour les personnes à qui la réflexologie plantaire ne peut pas être appliquée.

#### **Programme :**

##### **1<sup>ère</sup> journée :**

- Présentation de la Réflexologie palmaire
- Les repères anatomiques et les zones réflexes palmaire
- Cartographie des zones réflexes des mains
- Techniques réflexes de relaxation et de stimulation palmaire

##### **2<sup>ème</sup> journée :**

- Bienfaits de la réflexologie palmaire
- Enseignement des gestes d'auto stimulation palmaire
- Protocole de Techniques réflexes de relaxation et de stimulation palmaire

#### **Moyens pédagogiques :**

*Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.*

#### **Intervenante :**

Elisabeth BRETON – Formatrice, Relaxologue et Réflexologue RNCP.

\*\*\*

**Public concerné :** Professionnels du bien-être et de l'esthétique. Réflexologues. *Places limitées.*

**Lieu de la formation :** INTER CENTRE D'AFFAIRES, 35 rue des Chantiers, 78000 Versailles.

**Dates :** 07 et 08 novembre 2021.

**Durée :** 2 jours, 16 heures de formation, de 09h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00.

**Coût de la formation :** 300€ (trois cent euros) (*TVA non applicable, article 293B du CGI*).

**Bulletin d'inscription**  
**Perfectionnement**

*« Les techniques réflexes de relaxation et de stimulation palmaire »*

**Retournez ce bulletin à :**

Elisabeth Breton  
5 rue Eugénie Grandet  
78280 Guyancourt

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Tel : \_\_\_\_\_ Portable : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

Je m'inscris au module de perfectionnement « *Les techniques réflexes de relaxation et de stimulation palmaire* » prévu les:

**Les 07 et 08 novembre 2021**

De 09h à 13h et de 14h à 18h

**Lieu de la formation :** INTER CENTRE D'AFFAIRES, 35 rue des Chantiers, 78000 Versailles.

**Je verse un chèque de réservation de 100€.**  
(Règlement par chèque à l'ordre d'Elisabeth Breton)

**Le solde de 200 sera à régler le jour de la formation.**

un versement       deux versements

Dès la réception de votre bulletin d'inscription, avec le chèque de réservation, vous recevrez la confirmation de votre inscription au module de perfectionnement.

Date

Signature  
(Précédée de la mention « lu et approuvé »)