



## REFLEXOLOGIE POUR LA SANTÉ DE LA FEMME

De la puberté à la ménopause, la vie de chaque femme est rythmée par un ballet incessant de fluctuations hormonales. Eveil à la sexualité, fertilité, grossesse ou encore transition vers la ménopause, ces changements hormonaux perpétuels sont intenses, tant sur le plan physique qu'émotionnel. A cela s'ajoutent les menstruations qui impactent le quotidien de chaque femme sur plusieurs décennies. Entourés de tabous et d'incompréhensions, souvent banalisés, ces cycles transformateurs sont 'subis' par de nombreuses femmes alors même qu'ils sont une force créatrice extraordinaire.

### Objectif du cours

Proposer une approche pour accompagner chaque cliente pendant le cycle qu'elle traverse pour qu'elle puisse vivre pleinement et sereinement sa vie de femme, retrouver un équilibre hormonal et se reconnecter à sa féminité.

### A la fin du cours, vous serez capable :

- De compléter votre anamnèse avec les éléments liés aux fluctuations hormonales
- De travailler sur les hormones selon différentes techniques et de savoir les adapter en fonction de la situation
- De mieux comprendre la richesse et les subtilités de la zone du bassin
- De sentir vibrer des ovaires et un utérus !

### Prérequis

Avoir une base en réflexologie ou avoir suivi le week-end de réflexologie plantaire familiale

### Durée

8 heures

### Programme

La santé de la Femme est un sujet très vaste qui mérite d'être développé ultérieurement. Cette journée est un premier aperçu durant lequel nous passerons en revue les différentes étapes de la vie d'une femme : ménarche, préménopause, ménopause.

Nous aborderons aussi la fertilité, la grossesse et le retour de couche.

Nous examinerons un cycle menstruel, son fonctionnement et ses étapes : l'ovulation, les symptômes prémenstruels, les menstruations afin de mieux comprendre comment mettre en place un accompagnement réflexologique.

Nous parlerons en détails du bassin, de son importance anatomique, énergétique et symbolique ainsi que des différents organes présents dans cette zone.

Nous parlerons aussi de la relation cliente/ thérapeute.

Pour la pratique, nous apprendrons à :

- Appréhender le système hormonal de différentes manières
- Identifier les zones fréquemment perturbées et les harmoniser
- Travailler en profondeur sur le bassin : les différents organes et muscles
- Travailler tant sur le plan physique qu'énergétique

### **Méthodes pédagogiques**

Apports théoriques et pratiques

### **Moyens pédagogiques**

Support de cours

### **Formatrice**

Noémie Forlano

*Voir le lien sur le site*

**Lieu** : Ecole Gedane Sàrl, Côtes-de-Montbenon 30, 1003 Lausanne

### **Dates**

**Voir sur le site**

**Horaire** : 9h00 à 18h00

### **Prix**

**Voir sur le site**

### **Equipements nécessaires à la pratique**

Il vous est simplement demandé d'amener un drap housse, un linge, un plaid (légère couverture), une lavette, ainsi que de quoi prendre des notes.

### **Formulaire d'inscription**

Se trouve sur le site internet