



## RÉFLEXOLOGIE POUR LA FEMME ENCEINTE

La réflexologie plantaire spécifique pour la femme enceinte permet d'accompagner la femme dans ce moment si particulier de sa vie où elle a tant besoin de douceur et d'attention. Pendant ce moment où son corps change minute par minute, nous pouvons lui offrir un moment de douceur et de détente ainsi que de répondre à des besoins plus spécifiques liés à la grossesse.

Le massage spécifique lié à la femme enceinte permet d'apporter :

- Détente et libération des tensions nerveuses
- Diminution de la douleur du dos par exemple
- Diminuer les nausées, les brûlures d'estomac ou la constipation
- Améliorer le retour veineux des jambes en soulageant les jambes lourdes par exemple ou les gonflements
- Favoriser le sommeil

### Objectif du cours

- Savoir appréhender les soins spécifiques pour la femme enceinte
- Effectuer des massages ciblés pour soulager les maux de la grossesse

### Programme

Précautions particulières liées à la grossesse

Physiologie de la grossesse

La grossesse de semaine en semaine

Physiologie de l'accouchement

Les grossesses à risques

L'alimentation pendant la grossesse

Les maladies et la grossesse

Les fausses couches

Les maux spécifiques liés à la grossesse

Les hormones pendant la grossesse

Expériences pratiques

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

D'accompagner les femmes enceintes en toute sécurité et avec les outils nécessaires pour répondre à leurs besoins et attentes par un travail réflexe plantaire.

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques, démonstrations, pratique en binômes, échanges

**Moyens pédagogiques**

Support de cours et pratique

**Prérequis**

Avoir une base en réflexologie, diplôme ou certificat

**Formatrice :**

Nathalie Frédéricki

*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**

**Équipements nécessaires à la pratique**

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

**Formulaire d'inscription**

Se trouve sur le site internet