

INSCRIPTION

A retourner à : **Ecole Réflexe Santé Sàrl**
Av. Riond-Bosson 13
1110 Morges – Tél : 021 825 25 71
Renseignements et inscriptions : admin@reflexesante.ch

Je m'inscris au cours de formation continue:

Réflexothérapie et burn out

☐ **Samedi 1 mai et dimanche 2 mai 2027 2 jours**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Localité :

Tél / e-mail :

Date du diplôme en réflexologie + Ecole :

Membre du club ou ancien élève de base ☐ oui ☐ non

Date et signature :

Prix du cours de **440.- CHF**. Ancien élève de base ou membre RS.
CHF 420.- non membre. Maximum 16 participants. Les inscriptions
seront traitées par ordre d'arrivée.

ECOLE REFLEXE SANTE



Propose pour 2027

Réflexothérapie & burn out

1 formation de 2 jours
Par Elisabeth Breton



Ecole Réflexe Santé Sàrl

Avenue Riond-Bosson 13
1110 Morges
www.reflexesante.ch

Programme de cours

A l'issu de ce cours, le/la participant-e sera capable de proposer et appliquer un traitement spécifique de réflexothérapie ciblée pour

« burn out, surmenage et tension nerveuse »

Il/elle sera capable de faire les liens avec les modules B1 et B2 du cursus de formation.

Pré-requis : Avoir suivi une formation de base en réflexologie.

Présenté par

Elisabeth Breton

Elisabeth Breton, Formatrice Pro Expert, Réflexologue certifiée Titre RNCP est spécialisée dans les techniques de gestion du stress et dans les Techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées (contribution ostéopathique à la réflexologie). Elisabeth Breton est auteur de plusieurs ouvrages sur la réflexologie, et engagée dans des activités de recherche. Elle est référencée dans le Registre Open Researcher and Contributor ID (ORCID).

Lieu de cours: Ecole Réflexe Santé, Morges **Horaire :** 8h30-17h30

Attestation de formation continue sera remise à la fin des 2 jours.
IDMET réflexothérapie B3

Programme de cours

1^{ère} journée : 01 mai 2027

- Test de positionnement
- Définition du burn-out
- Les trois dimensions du burn-out
- Les échelles du burn-out (BMS-10 et MBI)
- Le surmenage et les degrés d'exposition au burn-out
- Les zones réflexes plantaires et le protocole « surmenage, tension nerveuse »
- Exercices pratiques

2^{ème} journée : 02 mai 2027

- Stress comme facteur aggravant
- Les 3 phases du stress et les 4 phases du burn-out
- Les signes d'alerte avant le burn-out
- Les symptômes du burn-out
- Les zones réflexes plantaires et le protocole « surmenage, tension nerveuse »
- Exercices pratiques
- Evaluations des acquis