I N S C R I P T I O N

A retourner à : **Ecole Réflexe Santé Sàrl** ou directement à
Equilibre Emotions : info@equilibre-emotions.ch
Tél : 079 303 23 62

Je m'inscris au cours de :

Introduction à la réflexologie – 1 journée découverte

❑ **Jeudi 5 novembre 2026**
❑ **Jeudi 18 mars 2027**

Nom :……

Prénom :……

Adresse :……

Localité :……

Tél ……

E-mail……

Date de naissance:……

Date et signature :……

Prix du cours: **CHF 200.— la journée**
Les inscriptions seront traitées par ordre d'arrivée. Une confirmation sera envoyée par e-mail lorsque le cours aura suffisamment de participants/es.

ECOLE REFLEXE SANTE SARL

propose pour 2026-2027

RÉFLEXE SANTÉ
ÉCOLE SPÉCIALISÉE EN RÉFLEXOLOGIES

Découverte de la réflexologie - 1 jour

Jeudi 5 novembre 2026 ou jeudi 18 mars 2027

Sabrina Juliano
Réflexothérapeute ASCA & RME

Cabinet de thérapies naturelles
& soins énergétiques
Réflexologie - Métamorphose
Fleurs de Bach - Access Bars

Equilibre Emotions

Rue du Centre 42E
1025 St-Sulpice
079 303 23 62
info@equilibre-emotions.ch
www.equilibre-emotions.ch

Ecole Réflexe Santé en partenariat avec Equilibre Emotions

Lieu de cours : St-Sulpice

Réflexologie journée découverte

Pré-requis : Aucun prérequis, ce cours est tout public

Attestation de formation continue sera remise.

Lieu : Equilibre Emotions, Rue du Centre 42 E, 1025 St-Sulpice

Formatrice : Sabrina Juliano, Réflexothérapeute avec Certificat de Branche Ortra TC

Présentation de la réflexologie

La réflexologie / réflexothérapie est une méthode de thérapie complémentaire qui se pratique sur plusieurs parties du corps comme les pieds, les mains ou les oreilles. Elle vise à autoréguler les systèmes physiologiques (homéostasie) et à procurer la détente et une meilleure perception de soi.

C'est le Dr. William Fitzgerald (Etats Unis) qui en 1910 a pu démontrer qu'en appuyant sur les doigts des mains et des pieds, on pouvait soulager une douleur.
Aujourd'hui, cette méthode est recommandée en prévention ou en accompagnement à un traitement médical.

Programme de cours 2026-2027

Objectifs du cours :

A l'issu de cette journée découverte le/la participant-e sera capable de :

- Comprendre les fondements et les bienfaits de la réflexologie
- Réaliser un massage court de détente sur les pieds en orientant la stimulation des zones réflexes.

Contenu du cours :

- Aperçu de l'historique de la réflexologie
- Explication des bases et fondements de la réflexologie
- Approches du toucher
- Massage relaxant du pied et stimulation des zones réflexes
- Localisations des zones réflexes plantaires principales
- Bienfaits, indications et précautions

Pratique :

Démonstrations et échanges pratiques en binôme.