

## Le Ventre : Réflexologie Thoraco-Abdominal

### POUR QUI ?

- Tous les professionnels de la santé

### OBJECTIFS

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Lever les tensions musculaires vertébrales et les spasmes viscéraux
- Soulager les troubles fonctionnelles (douleurs vertébrales, insomnie, troubles digestifs,)
- Rétablir la rythmique viscérale - Améliorer le fonctionnement des organes
- Relancer l'énergie vitale
- Soulager douleurs cervicales, dorsales, lombaires
- Dissiper la fatigue chronique.
- Lutter contre les états de stress et d'anxiété
- Améliorer le fonctionnement de la sphère digestive (Constipation, ballonnements, Crampes abdominales, spasmes et zones d'engorgement)
- Favoriser la Détox
- Améliorer le sommeil
- S'éloigner de la mauvaise humeur et des idées noires
- Gérer les émotions

### PROGRAMME

- Histoire du ventre et symbolique
- La circulation de l'énergie dans les méridiens
- Le Hara : Organes & Viscères
- Les respirations
- Organes et émotions
- La colonne vertébrale, le méridien de la vessie et la stimulation des points Shu,
- Digitopuncture & Réflexologie : Le ventre à distance « visage, pieds, mains »
- Techniques spécifiques sur le Hara (Le solfège du massage appliquée au ventre (pressions – étirements – vibrations – pompages – modelage – crocheting - mobilisations)
- Mise en place de schémas visant l'amélioration des troubles fonctionnelles
- Gestion des énergies personnelles : Le training énergie
- Placements et déplacements,
- Restitution des séquences selon les objectifs

### MOYENS & MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Des moyens pédagogiques et techniques en adéquation avec la formation (tables, chaises, rétroprojecteur, etc.) mis à la disposition des stagiaires
- Alternance d'apports théoriques et pratiques, en présentiel
- Validation de ce module par la réussite d'un QCM pour obtenir l'attestation de formation.

### FORMATEURS

- Gil Amsallem

### DURÉE DE LA FORMATION

2 jours de formation / 14 heures