



# FORMATION 3 JOURS EN REFLEXOLOGIE CORPORELLE TRIGGER POINTS

## REFLEXOLOGIE CORPORELLE, DOULEUR MYOFACIALE POINTS TRIGGERS (24H)

*Jeudi 22, vendredi 23 avril 2021 et vendredi 28 mai 2021, Yverdon*

*A l'issue de cette formation vous identifierez avec précision les points de tensions myofasciaux, appelés Points Triggers, les plus fréquemment rencontrés en cabinet. Vous reproduirez les gestes nécessaires, appliquerez le toucher approprié pour traiter les points douloureux sur le corps entier.*

*La douleur ressentie est souvent une douleur projetée, à distance du muscle contracté et du point trigger douloureux. Agir sur le trigger contribue au relâchement du muscle et à l'apaisement de la douleur.*

*Au cours de cette formation vous verrez comment agir sur le point trigger, comment étirer le muscle et comment le traiter spécifiquement.*

*Autre point fort de cette formation : Les points triggers et les muscles associés sont présentés par groupes fonctionnels impliqués dans les douleurs et tensions couramment rencontrées en consultation. Seront ainsi abordés les douleurs de l'épaule (dont épaule gelée), la lombo-sciatalgie, le torticoli, les douleurs vertébrales, le lumbago, les douleurs du membre inférieur et du membre supérieur, troubles associés au diaphragme (respiratoires, émotionnelles...)*

*La réflexologie des points myofasciaux se combine aussi parfaitement aux autres techniques réflexes ou à une séance de massothérapie. Le naturopathe y trouvera un complément simple et cohérent à pratiquer.*

### Programme de formation :

- Historique de la méthode
- Définition et classification et physiopathologie des points Trigger. Notion de douleur projetée
- Méthode de traitement des points ; traitement des muscles et auto-étirements
- Triggers et muscles associés : Trapèzes, angulaire de l'omoplate, sus ou sous-épineux, grand et petit ronds, subscapulaire, rhomboïdes, grand dorsal, scalènes, SCOM, multifides, grand et petit pectoraux, Ilio-psoas, carré des lombes, diaphragme, Pyramidal, fessiers, Biceps-Brachial, muscles de l'avant-bras, Ischios-jambiers, quadriceps, adducteurs, gastrocnémiens, solaires, Jambiers antérieur, postérieur, Fibulaires et popelités.

**Prix de la formation : 540 frs**

**Public : Réflexologues, Massothérapeutes, praticiens du toucher, toute personne intéressée par les points réflexes**

**Les formateurs : Richard Ferrari, Réflexologue, thérapeute manuel, Auriculotherapeute formé par R. Nogier, Formé à la méthode originale pour les Trigger Points à l'IMTT suisse.**

**Inscriptions :** par email ou par courrier, traitée par ordre d'arrivée. 200frs d'arrhes sont demandés.

### **Quelle reconnaissance ?**

Cette formation est reconnue par l'ASCA et par le RME au titre de la formation continue.

Le système officiel de formation en Suisse permet la voie de l'équivalence pour se présenter à un diplôme fédéral reconnu par la confédération. Les heures proposées dans cette formation font partie de l'IDMET (identification de la méthode) de la réflexothérapie reconnue par l'ODA-KT en septembre 2016 ([www.oda-kt.ch](http://www.oda-kt.ch)). Ainsi, il est possible de valoriser les heures de formation (24h présentes) au titre de l'équivalence pour prétendre présenter le Certificat de branche (il faut exciper de 500h de formation présente au total) puis passer l'Examen Professionnel Supérieur pour valider le **Diplôme Fédéral de Thérapeute Complémentaire**.