

## FORMATION LE STRESS DANS TOUS SES ÉTATS

04 - 05 Février 2023, cours à distance

Le Centre de Formation Mireille Meunier, numéro de déclaration d'activité 84380624938, numéro SIRET 75392082600033, propose des formations préparant au métier de Réflexologue, validé par le Datadock 0026716

### Intitulé de la formation

## Le stress dans tous ses états

### Présentation de la formation

Cette formation est ouverte aux Réflexologues maîtrisant les techniques réflexes et qui souhaitent approfondir et étendre leur approche clinique et psycho-émotionnelle des effets du stress chronique et aigu sur différents publics.

La formation examine ainsi les sources et les effets du stress sur les différentes composantes de l'être humain (physique, mentale et émotionnelle) et l'apport de la réflexologie dans les processus de régulation et de réparation. Elle permet au stagiaire d'utiliser les principes de l'énergétique chinoise dans l'accompagnement de différents publics (enfant, adolescent, adulte, sénior), dans les différentes expressions du stress (surmenage, burn-in, brun-out, brown-out, etc.), afin de restaurer leur équilibre physique et psycho-émotionnel pour un meilleur capital santé.

### Pré-requis

Cette formation est ouverte aux Réflexologues maîtrisant les techniques réflexes et qui souhaitent parfaire leur pratique avec l'approche clinique du stress et son impact sur le capital santé dans son ensemble.

Un ordinateur, une bande passante (internet) suffisante, une pièce ou un coin calme sont nécessaires pour suivre la formation à distance.

### Déroulement de la formation

La formation se déroulera à distance à l'aide de l'outil ZOOM. Un lien d'accès à la salle de cours est transmis par mail. Les supports de cours sont envoyés la veille pour le lendemain.

Attachés à une transmission vivante, nous avons cherché à organiser la formation, même à distance, de manière digeste et variée, en découpant le programme sur plusieurs horaires, alternant cours, travail personnel et débriefing en groupe.

Un lien d'accès à la salle de cours est transmis par mail.

Le cours est interactif, où chaque participant peut poser des questions de clarifications, partage des expériences... Les supports de cours sont envoyés la veille pour le lendemain par mail. Le cours est enregistré et les vidéos sont accessibles durant les 5 jours qui suivent la journée de formation pour des révisions.

## Horaires de la formation

Horaires de sessions	Matinée	Total
9h00 - 12h30	Cours théorique	3,5
14h00 - 16h00	Mise en situation professionnelle en binôme à distance	2h
16h00 - 18h00	Retours des situations cliniques	2h
18h00 - 18h30	Questions - réponses et clôture de la formation	0,5
	TOTAL	8h

## La personne chargée de la formation

**Nathalie Thouly** a fait ses études de droit à Clermont-Ferrand. Elle décide, après 15 ans d'activité, de donner la priorité à sa deuxième passion : les techniques de soins complémentaires. Elle étudie notamment la réflexologie, l'ostéopathie crânio-sacrée énergétique, l'aromathérapie ainsi que la phytothérapie. Après quelques mois d'exercice, elle décide très vite de compléter sa formation auprès de Mireille Meunier et se forme à la réflexologie énergétique et à l'accompagnement émotionnel. Installée depuis 2014 et formée à l'éducation thérapeutique du patient, à la psychologie positive et à la santé sexuelle, elle exerce en cabinet pluridisciplinaires et auprès de la Ligue contre le cancer et de l'association MAYA (CHU Clermont-Ferrand), dans le cadre des soins de supports (adultes, enfants et adolescents). Adhérente à l'ARRNCP, elle participe à des émissions de radio bimestrielles visant à promouvoir les bienfaits de la réflexologie. Auteure de plusieurs articles, elle anime des formations, organise des conférences et des ateliers pour sensibiliser un large public à la réflexologie.

## Suivi de la formation

Une attestation d'assiduité est délivrée à l'issue de la formation en format PDF

## Coût pédagogique

En contrepartie de cette action de formation, le stagiaire s'acquittera du coût suivant, lors d'un financement personnel : **250,-euros. La formation n'est pas éligible au CPF à ce jour.**

Le règlement de la formation s'effectue selon les modalités suivantes :

- Acompte de 60,-€ à la signature du contrat, non remboursable en cas de désistement, encaissé dès la réception du contrat,
- 190,-€ lors du 1er jour de formation.

Exonérée de TVA — [Art. 261.4.4 a du CGI](#).