

**INSTITUT D'ENSEIGNEMENT
DE PROMOTION SOCIALE**



**Chemin d'Herbuchenne, 1 bte 4
5500 DINANT
Tél : 082/21.30.60
www.iepscfdinant.be**

ANNEE SCOLAIRE 2021-2022

BIEN-ETRE

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

ENSEIGNEMENT SECONDAIRE SUPERIEUR DE TRANSITION

Pour qui ?

Tout public à partir de 16 ans.

Admission sur base du Certificat d'enseignement secondaire inférieur (CESI OU C2D) ou de la réussite d'un test d'admission.

Descriptif de l'UE :

La réflexologie est une technique de bien-être qui prend en charge la personne. S'appuyant sur les mécanismes complexes de réponses réflexes du corps humain, la pratique de la réflexologie plantaire consiste à manipuler les pieds selon différentes techniques de pressions afin d'encourager les processus naturels d'auto-guérison et de favoriser l'équilibre et l'harmonie.

Les mouvements utilisés dans la technique manipulative de la réflexologie plantaire, se partagent entre lissages, balancements, vibrations, étirements, torsions, tractions, poussées ou va-et-vient, « toucher réflexe », pressions, appuis profonds et percussions. L'ensemble de ces manœuvres est combiné et associé de diverses façons en fonction l'effet souhaité.

Les bienfaits de la réflexologie :

- détente et relaxation des tensions causées par le stress, celui-ci étant à l'origine de nombreux dysfonctionnements physiques et psychiques
- amélioration de la circulation sanguine et lymphatique
- aide à l'élimination des déchets qui s'accumulent dans l'organisme
- stimulation du processus naturel d'équilibre et d'auto guérison interne du corps humain.

La réussite de cette UE permet l'obtention d'une attestation de réussite et donne accès à l'UE : « Réflexologie plantaire - approfondissement ».

Programme et dossier pédagogique disponibles sur demande au secrétariat de l'établissement.

Où ?

Institut d'Enseignement de Promotion sociale de la Communauté française
Chemin d'Herbuchenne, 1 bte 4 à 5500 DINANT

Horaire ? (Sous réserve de modifications)

Mercredi, de 18h00 à 21h20.

Renseignements et inscriptions ?

L'inscription se fait via notre formulaire en ligne à partir du 15 mai 2021.

Nous reprendrons contact avec vous pour vous communiquer toutes les modalités.

Tél : 082/21.30.60

E-mail : direction@iepscfdinant.be

Site : www.iepscfdinant.be