

## **PROGRAMA DEL CURS DE REFLEXOLOGIA PER A LA MATERNITAT**

Curs per llevadores

### **Reflexologia podal per la maternitat**

**Imparteix:** Mireia Marcos, llevadora independent, docent i experta en reflexologia per a les mares.

Dates: 6 i 7 d'Abril del 2019. Lloc: Espai NAC, Rda Sant Pere 44, en 1<sup>o</sup>, Barcelona

Horari: de 09:30 a 14:00 – de 15:30 a 19:00 els dos dies.

Dirigit especialment a llevadores.

Objectiu: tant si té coneixement previ de reflexologia com si no, amb aquest curs estarà preparada per practicar reflexologia podal amb embarassades, mares de part i puèrperes, afavorint el seu benestar, promovent la seva salut i millorant els resultats.

Metodologia: és un curs eminentment pràctic, el 80% del temps estarem fent reflexologia podal entre nosaltres, per integrar la seqüència i aprendre la pressió correcta en cada punt.

Material: les alumnes rebran el material necessari i un dossier amb tota la teoria i les plantilles.

Inversió: Sòcies ALPACC 135€, no sòcies 155€.

PLACES LIMITADES

Fi de les inscripcions: 21 de Març.

Més informació: [formacio@llevadorespartacasa.org](mailto:formacio@llevadorespartacasa.org)

## **Organització del curs:**

### Primer dia 6 Abril:

09:00 Arribada i entrega de dossiers

09:30 a 11:00: Teoria, bases de la reflexologia

11:00 a 11:15 Pausa cafè

de **11:15 a 12:45 h** : localitzar punts en la plantilla i demostració de com localitzar els punts en els peus a la camilla.

De **12:45h a 14 h**: Pràctica per parelles una fa tot el recorregut en ambdós peus.

PAUSA DE DINAR

**15:30h a 16:30h**: Pràctica l'altra parella tot.

**16:30h a 17:00** Introducció a la Reflexologia a l'embaràs

**17:30h a 19:30h** Pràctica dels trastorns més freqüents amb explicació simultània:

Per exemple: Malestar matiner, restrenyiment

Segon dia 7 d'Abril:

**09:30h a 10:00** Explicació dels tractaments a embarassades per trimestres.

**10:00 a 11:00** Pràctica del tractament del cansament i de la ciàtica.

11:00 a 11:15 Pausa Cafè

**11:15 a 12:45h:** El Part

Primers 20 min explicació amb casos reals, explicació sobre el dolor del part.

Demostració de l'estimulació de contraccions en diferents posicions.

**12:45h a 14h** Pràctica d'estimulació del part i relaxació d'estrés en el part per parelles.

PAUSA DINAR

**15:30h a 16:30h** Explicació dels tractaments en el postpart.  
La mastitis, tractament específic (explicació i demo)

**16:30 a 17:30** Pràctica del tractament del postpart.

**17:30 a 18:30** Pràctiques amb les embarassades

**18:30 a 19:30** Comentar l'experiència, avaluació i entrega de diplomes.

Fi de la formació