

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^o, Barcelona

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

Dirigit especialment a llevadores.

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.

Objectius:

- Les assistents comprendran com actua la reflexologia i en quins casos és beneficiosa.
- Sabran localitzar els punts més importants en els tractaments per embarassades, mares de part i puèrperes.
- Agafaran confiança per tocar els peus i tractar les mares.
- Podran identificar les zones i sistemes que s'han de tractar segons el transtorn o l'objectiu del tractament.
- Assoliran una comprensió més holística de les necessitats de les mares i del procés de l'embaràs, part i puerperi.

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.

- Es realitzaran demostracions en la camilla amb una voluntària perquè totes puguin veure-ho.
- Es realitzarà la pràctica per parelles de forma que totes puguin practicar les seqüències de forma supervisada.
- Al final del curs podran practicar amb embarassades per treballar amb casos reals.

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

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