L'Académie de l'Inspiration

FORMATION & CONSCIENCE

PAR BÉRANGÈRE RUMIGNY

HEALING TRAUMA

De la structure à la *Conscience*

Stage

A PROPOS

Cette formation est plus qu'une formation. Elle est un chemin initiatique. Un outil de transformation, pour vous révéler à qui vous êtes, à votre moi exponentiel.

Il me semble essentiel qu'en tant qu'accompagnant, nous nous devons d'être alignés avec ce que l'on transmet. Sans quoi cela n'aurait pas de sens et nous serions, à un moment ou à un autre, rattrapés par nos propres blessures non apaisées.

Un de mes mentor se plaît à le répéter souvent : « Nous n'avons pas besoin d'un thérapeute qu'il soit parfait. Nous avons besoin qu'il soit inspirant ». Cette phrase a tout changé pour moi. J'espère de tout cœur qu'elle vous sera inspirante aussi.

Cette formation s'adresse aux thérapeutes qui désirent accompagner leurs consultants non seulement dans tous types de douleurs, avec des résultats souvent importants, mais aussi dans leurs douleurs émotionnelles.

La transmission que vous vous apprêtez à recevoir avec ce module unique va transformer considérablement votre pratique, soyez en sûr(e).

J'avais à cœur de mettre en place un module hors du commun, et surtout hors du temps. Un module qui mette l'humain au cœur de la formation. L'ouverture m'a parfois manqué dans certains stages, où certes j'ai reçu des techniques, mais où le cœur été fermé. Où ce que ça venait secouer chez moi, faire vibrer, n'était pas accueilli. Ainsi rien n'a pu être transcendé, alchimisé, à cet instant-là. J'ai désiré, pour vous accompagner pleinement et avec douceur, un stage en immersion vous permettant d'aller à la rencontre non seulement des uns et des autres avec tout ce que ça amène comme *inspirations* , mais aussi de vous-même.

Cette formation s'adresse aux praticiens de tous niveaux, de toutes écoles, et pas seulement aux réflexologues. Ici, il n'y pas de jugement sur les qualités qui figurent sur des diplômes ou des titres quelconques. Nous échangeons avec de l'humain. En ce sens, nous accueillons ceux qui désirent évoluer dans leur façon de pratiquer, de manière plus holistique, en étant profondément alignés à leur vibration.

Prêt(e) à ouvrir un peu plus votre niveau de *Conscience* ?

Ce stage unique vous invite à avancer sur 2 axes principaux :

- Votre *pratique*
- Votre *posture* d'accompagnant

LA PRATIQUE

Dans la dimension pratique, vous serez, à l'issue de ce stage, en capacité de :

- Accompagner tous types de douleurs (de la fibromyalgie à l'algodystrophie, en passant par les migraines, l'endométriose ou encore l'épine calcanéenne).
- Permettre à vos consultants d'avancer sur leur chemin de vie, en leur permettant d'accéder à leur conscience supérieure, à leur moi profond, à leurs aspirations.
- Libérer les blocages physiques et/ou énergétiques (accompagner les blocages, les tremblements et vertiges, le syndrome des jambes sans repos).
- Utiliser la philosophie de la pensée chinoise pour comprendre les différents déséquilibres sous-jacents, et aborder la lecture des signaux sous un autre regard.
- Utiliser des outils que nous offre la Médecine Traditionnelle Chinoise et comprendre leurs intérêts, leurs limites, leurs contre-indications) : Gua Sha, Ventouses pagodes, moxa, marteau fleur de prunier.
- Comprendre les fascias, les interconnections, les différents plans de l'être.
- Comprendre les liens organes-émotions-muscles-méridiens-manifestation.
- Localiser les méridiens principaux pour comprendre rapidement les déséquilibres sous-jacents

LA POSTURE

Votre posture détermine la puissance de votre pratique et le soin que vous prendrez de votre propre énergie

Concernant votre posture d'accompagnant, nous aborderons :

- L'intérêt d'une pratique corporelle et méditative régulière, la puissance du mouvement et du souffle.
- Votre ancrage : comment incarnez-vous votre corps. Où en est votre ancrage. Vous sentez-vous sécure en toutes circonstances dans votre pratique quotidienne ? Comment l'améliorer ?
- Nous aborderons des techniques énergétiques, pour respecter votre propre champ d'énergie.

A *Qui* s'adresse ce stage ?

Aux thérapeutes, naturopathes, aromathérapeutes, énergéticiens, réflexologues plantaires, ostéopathes, infirmières et tous professionnels de l'accompagnement soucieux d'amener des compétences spécifiques à l'accompagnement de la douleur, tout en ayant le désir d'incarner sa propre posture et de prendre soin de son énergie.

Objectifs de la formation

Cette formation a pour objectif de vous apporter les connaissances suivantes :

- Identifier les zones réflexes des chakras, des points de libération de la douleur, des points de mise en circulation de l'énergie.
- Être capable d'appréhender le toucher de chaque zone présentée avec subtilité.
- Assimiler la notion de fascia et son rôle.
- Identifier les liens muscles-organes.
- Comprendre l'importance de la force ou de la subtilité du toucher.
- Comprendre les notions d'interconnexions et de plans dans le corps humain.
- Développer la posture juste et une qualité de présence lors de la pratique.
- Être à même de faire des liens avec l'énergétique chinoise.
- Développer son ancrage et la confiance en soi lors de la pratique.
- Être en capacité d'utiliser les outils de l'énergétique chinoise : Gua Sha, ventouses, marteau fleur de prunier, moxa.
- Appréhender les techniques de Tuina.
- Assimiler la notion de méridiens et localiser les méridiens principaux.
- Comprendre les bases de la médecine traditionnelle chinoise.

Pré-requis à la formation

Aucun pré-requis.
Être sensibilisé au toucher est un plus.

Méthode pédagogique

L'enseignement alterne entre apports théoriques et pratiques (en binôme sur le présentiel), étude de cas concrets. Le stage s'appuie sur des cartographies précises en lien avec l'objet du stage. Prise de conscience de la posture, du mouvement spontané, des mises en situation commentées.
Ecologie individuelle par la pratique quotidienne de la méditation et d'un éveil corporel.
Capsules vidéo pour reprendre les protocoles

La formation se déroule en 2 niveaux :

- Cursus de base : en présentiel en 3 jours.
- Cursus d'approfondissement : en ligne.

PROGRAMME DE LA FORMATION CURSUS DE BASE

PRÉAMBULE

Présentation et connexion à l'énergie du groupe : Présentation de la formatrice – Présentation du programme et de ses objectifs – Présentation faite par chaque stagiaire (parcours – attentes – besoins) sur le présentiel.
La douleur sous le regard de la Médecine Traditionnelle Chinoise. - Les points Ashi - Introduction aux techniques de mise en circulation - La posture du praticien.

ECOLOGIE PERSONNELLE

Méditation d'ancrage. Posture, assise, stabilité, mouvement, fluidité, souffle. Sensibilisation à l'écologie quotidienne dans la pratique d'accompagnant. Technique de rééquilibration et d'énergisation. Pratiques d'ancrage.

TECHNIQUES RÉFLEXOLOXIQUES

Présentation de l'Ouverture des marches : La colonne vertébrale, objectifs.
Localisation et stimulation des points vitaux, protocoles possibles, objectifs et précautions
Présentation du protocole d'Ouverture et d'Expansion, objectifs, pratique, posture et précautions.
Présentation du protocole de Stimulation Endocrinienne Douce, objectifs, pratique, posture et précautions.
Présentation du protocole d'Harmonisation Physio-émotionnelle, objectifs, pratique, posture et précautions.
Présentation du protocole de la Roue des 5 Eléments, objectifs, pratique, posture et précautions.
Présentation du protocole lors de la prise en charge d'une sciatique ou du syndrome pyramidal, définition, objectifs, pratique, posture et précautions.

TECHNIQUES D'ACUPRESSION

Présentation et pratique des points musculaire et articulaire.
Présentation et pratique des techniques de Tuina.

LES TECHNIQUES DE MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Introduction à l'énergétique traditionnelle chinoise.
Notions de Yin et de Yang.
Présentation des 5 éléments, des saisons, des émotions.
Présentation du toucher Yin et du toucher Yang. Palpation, ressentis.
La Roue des 5 éléments associée à la réflexologie.
Pratique des protocoles en binôme, échange, ressentis (en présentiel)
Principes de base de diététique chinoise dans l'approche de la douleur.
Présentation de l'horloge circadienne.
Identification des points d'acuponcture essentiels sur le bas du corps (Yin et Yang de bas);

LES OUTILS

Présentation des différents outils : le moxa, le marteau fleur de prunier, les ventouses pagodes, le Gua Sha. Principes d'utilisation. La qualité des produits, les contres-façon. Les contre-indications. Pratique en binôme sur le présentiel.

LES PROTOCOLES SPECIFIQUES

Technique de Libération Emotionnelle pour gérer les décompensations.
La prise en charge des cicatrices : pratique et précautions.
Présentation du protocole et pratique dans la prise en charge de la Fasciite plantaire.
Présentation du protocole et pratique dans la prise en charge de l'épine calcanéenne.
Présentation des protocoles et pratique dans la prise en charge de l'épaule gelée.
Présentation du protocole et pratique dans la prise en charge du Torticoli.
Présentation du protocole et pratique dans la prise en charge de la Migraine (introduction et bases de la prise en charge).
Proposition de protocole pour la prise en charge des troubles du cycle menstruel objectifs, pratique, posture et précautions.
Proposition de protocole pour la prise en charge des inconforts de la ménopause objectifs, pratique, posture et précautions.

PROGRAMME DE LA FORMATION CURSUS D'APPROFONDISSEMENT

PRÉAMBULE

Rappel des conseils d'hygiène et de santé personnelles.
Rappel de la posture juste en séances.
Objectifs du cursus approfondissement.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Présentation du protocole d'énergie Vitale, objectifs, pratique, posture et précautions.

AUTRES TECHNIQUES

Présentation du protocole de Mise en Contact, objectifs, pratique et posture.
Présentation du protocole Axe Ciel / Terre, objectifs, pratiques et posture.
Présentation du protocole d'Ouverture de Conscience Chamanique, objectifs, pratique, posture et précautions.
Présentation du protocole de mise en circulation par acupression et mise en pratique, objectifs, posture et précautions courantes.

MERIDIENS D'ACUPUNCTURE

Présentation et palpation du méridien de la Vessie, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet. Les pathologies courantes du trajet et le tuina dans la prise en charge de la sciatique ou de la migraine.
Présentation et palpation du méridien du Rein, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet. La stimulation du Méridien. Les liens Muscles-Rein.
Présentation et palpation du méridien de la Vésicule Biliaire, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet. Les pathologies courantes du trajet et le tuina dans la prise en charge de la sciatique ou de la migraine.

MÉRIDIENS D'ACUPUNCTURE (SUITE)

Présentation et palpation du méridien du Foie, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet, notamment sur les pieds. Les pathologies courantes du trajet et le tuina dans la prise en charge du Foie en surpression.
Présentation et palpation du méridien de la Rate, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet. La pratique du Tuina pour la tonifier.
Présentation et palpation du méridien de l'Estomac, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet. Le tuina sur un Estomac fatigué ou à contre-courant..
Présentation et palpation du méridien du Gros Intestin, ses fonctions, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet.
Présentation et palpation du méridien de l'Intestin Grêle, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet.
Présentation et palpation du méridien du Maître Coeur, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet.
Présentation et palpation du méridien du Triple Réchauffeur, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet.
Présentation et palpation du méridien Vaisseau Conception, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet, la tonification de l'énergie, son test musculaire et son équilibration.
Présentation et palpation du méridien Vaisseau Gouverneur, ses fonctions principales, les points intéressants dans notre pratique sur ce trajet, la tonification de l'énergie, son test musculaire et son équilibration.

PROTOCOLES CIBLÉS

Présentation du protocole de prise en charge de l'entorse externe du pied, objectifs, points de stimulation, pratique du Tuina spécifique, et proposition dans la prise en charge globale, utilisation des outils.
Présentation du protocole de prise en charge de l'entorse interne du pied, objectifs, points de stimulation, pratique du Tuina spécifique, et proposition dans la prise en charge globale, utilisation des outils.
Présentation du protocole de prise en charge de l'algodystrophie et de toutes douleurs de genou, objectifs, points de stimulation, pratique du Tuina spécifique, et proposition dans la prise en charge globale, conseils clients.
Présentation du protocole de prise en charge de la sciatique ou du syndrome pyramidal, objectifs, points de stimulation, pratique des Tuina spécifiques en fonction de la localisation, pistes émotionnelles, et proposition dans la prise en charge globale.
Présentation du protocole de prise en charge du canal carpien, objectifs, points de stimulation, pratique du Tuina spécifique, utilisation des différents outils à disposition et proposition dans la prise en charge globale.

Présentation du protocole de prise en charge de l'épicondylite, objectifs, points de stimulation, pratique du Tuina spécifique, et proposition dans la prise en charge globale.

POUR ALLER PLUS LOIN

Présentation des huiles sacrées (selon les enseignements de Dominique Baudoux) et cas concrets. Objectifs et précautions.
Intérêt des bains dérivatifs dans l'accompagnement et lecture en MTC.
Intérêt des douches froides dans l'accompagnement et lecture en MTC.
Les chakras : localisation, liens organes, émotions et comportements, les déséquilibres, l'harmonisation.
Les relations muscles - organes.
Les relations élément - émotions et comportements.
Les points neurovasculaires : utilisation, intérêts et localisation.
Les points neuro-lymphatiques : utilisation, intérêts et localisation.

BÉRANGÈRE RUMIGNY

« J'ai à cœur de vous transmettre des outils, des techniques, issus des divers horizons qui m'ont nourrie depuis plusieurs années et qui m'ont permise d'élaborer des protocoles puissants.
De la médecine traditionnelle chinoise à la compréhension des fascias, de la subtilité du toucher pour être en lien avec l'information présente, à la qualité de présence, je transmets aux thérapeutes un éventail de techniques avec passion. Se connecter à la Terre et au Ciel. Être en lien avec l'énergie universelle pour accompagner l'autre. Incarner votre posture de thérapeute."

Bérangère Rumigny est réflexologue plantaire depuis plus de 10 ans, avec des spécialisations : dans la **douleur**, l'**énergétique**, les **empreintes émotionnelles**, l'énergétique ainsi que dans l'accompagnement des **bébés**.

Elle est également praticienne en Reiki depuis 20 ans et utilise de nombreux outils en **kinésiologie**.

Formatrice, elle fonde l'**Académie de l'Inspiration©**, pour murmurer aux oreilles des **âmes en évolution**, et accompagner encore plus intensément les thérapeutes dans leur **qualité de présence**, leur alignement, leur écoute attentive et bienveillante de l'autre, leur écoute attentive et bienveillante d'eux-mêmes, de ce qui s'anime dans leur être, dans leur corps.
Elle souhaite leur permettre d'écouter ce qui est juste pour eux, à incarner pleinement leur **posture**, tout en leur apportant des **techniques puissantes**, des boîtes à outils, afin d'enrichir leur pratique et d'**exceller dans leur art**.

Informations et contact

Bérangère Rumigny
203 rue Philippe de Rubempré
59730 VERTAIN
Tél : 06 61 06 37 66
contact@berangererumigny.fr

www.berangererumigny.fr

L'Académie de l'Inspiration
FORMATION & CONSCIENCE

PAR BÉRANGÈRE RUMIGNY