

# **Formation En Soin Rituel Rebozo**

## **Programme de formation :**

Première journée : présentation théorique du soin selon le plan suivant

1.Introduction au soin rituel Rebozo

Histoire et origines du soin : racines mexicaines et transmission ancestrale

Indication et contre-indications du soin.

Symbolique et bienfaits du soin : soutien du bassin, recentrage corporel, rééquilibrage énergétique, libération des tensions et des blocages physique, stimulation de la circulation sanguine, détente musculaire profonde

2.Les éléments essentiels du soin

Le Rebozo : matières, tailles et utilisations

Choix et préparation du lieu : ambiance, musique, lumière, encens et huiles essentielles

Importance de l'intention et du cadre bienveillant : posture

3.Les techniques du soin

Préparation et accueil de la personne recevant le soin

Installation de cocon

Enveloppement 1

Massage à quatre mains : techniques de détente et de connexion au corps

Montée en chaleur (bain, yoni Steam ...) ou sudation : effets détoxifiants et relaxants

Serrage/desserrage du Rebozo : principes, zones du corps concernées et bienfaits (tête, épaules, taille, bassin, jambes, pieds)

Enveloppement 2 : importance du cocon et de l'intériorisation

Fermeture de soin

DEUXIEME JOURNEE: Pratique et mise en situation

Démonstration du soin complet par la formatrice

L'organisation de l'espace

La pose du cocon / ouverture de soin

Exercices pratiques en binôme : chaque participante donne et reçoit le soin

Apprentissage de la technique de serrage / desserrage avec des vrais châles de rebozo fabriqués en Mexique.

Pratique de soin complet avec toutes les étapes sur un cas réel.

Techniques d'ajustement et d'accompagnement verbal : créer une relation de confiance

Partage d'expérience et retours sur la pratique.

Cette formation immersive vous offrira une expérience unique et profonde pour maîtriser le soin rituel Rebozo. Vous repartirez avec des connaissances pratiques et une meilleure compréhension de l'impact émotionnel et énergétique de ce rituel.

## Programme du jour :

### • Programme du 1er jour

- ✓ 8:45 à 9:00 Accueil des participants
- ✓ 9:00 à 11:00 exposé
- ✓ 11:00 à 11:20 pause café
- ✓ 11 :20 à 13:00 exposé
- ✓ 13:00 à 14:00 pause libre
- ✓ 14:00 à 17:00 exposé

### • Programme du 2eme jour

- ✓ 9:00 à 11:00 séance pratique
- ✓ 11:00 à 11:20 pause- thé
- ✓ 11:20 à 16:00 séance pratique