



## RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

**DURÉE : 70 HEURES (10 JOURS)**

### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- ↻ Le déroulement de la formation prévoit des mises en pratique et apports théoriques, il sera remis à chaque stagiaire des supports pédagogiques décrivant pas à pas le protocole, des livrets de formations seront distribués pour chacun des modules théoriques.
- ↻ Mise à disposition de tables de massage et huile
- ↻ Pédagogie agile et active
- ↻ Démonstrative
- ↻ Participative

### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- ↻ Cette formation a pour but d'initier à la connaissance et au travail des différentes zones réflexes et de faciliter la compréhension des bases techniques dans la pratique.
- ↻ Acquérir les connaissances théoriques nécessaires et les gestes techniques professionnels.
- ↻ Appliquer la réflexologie dans un but professionnel ou en complément d'une activité.

### MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- ↻ Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- ↻ Documents et supports de formation
- ↻ Exposés théoriques
- ↻ Pratique en binôme
- ↻ Étude de cas concrets
- ↻ Quiz en salle

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

- ↻ Mise en situation
- ↻ Rapport d'expérience
- ↻ Feuille de présence
- ↻ Formulaire d'évaluation

### MODALITÉ DE CERTIFICATION

- ↻ Un certificat de compétences attestées selon les modalités d'évaluation décrites sera délivré à chaque candidat(e) à l'issue de la formation.

### EQUIPE PÉDAGOGIQUE :

- ↻ Responsable pédagogique : Hélène Alonso/ Carole Massas
- ↻ Direction pédagogique : Monique Teilliet

### PRÉ REQUIS

- ↻ Avoir un projet professionnel vérifié pour travailler dans le secteur du bien-être ou avoir déjà une expérience professionnelle dans le secteur du bien-être

### MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS

- ↻ Pour accéder à l'inscription à cette formation, vous devez remplir un dossier d'inscription qui sera suivi d'un entretien individuel (sur place ou à distance). Une décision sera donnée par la direction pédagogique à la suite de l'entretien. Vous pouvez vous inscrire au minimum 8 jours avant le démarrage de la formation.

### ACCESSIBILITÉ AU PSH

- ↻ Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

**COÛT DE LA FORMATION : 1450€**

## RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### BASE 1 / 10 HEURES

- ↻ Présentation
- ↻ Définition de la réflexologie plantaire, historique et place actuelle dans la société, différentes manières existantes de pratiquer, présentations des différents ouvrages
- ↻ Attitude réflexologique en tant que complément à une démarche allopathique
- ↻ Hygiène du praticien

#### BASE 2 : 10 HEURES

- ↻ Étude de la cartographie du pied, théories des zones, terminologie, localisation des zones réflexes
- ↻ Fonctionnement de la réflexologie, projection de l'organisme dans les pieds
- ↻ Explications de l'efficacité sur le plan physiologique et émotionnel
- ↻ Rappel des termes anatomiques, les différents types de pieds et leurs déformations.
- ↻ Champs d'application : indications, contre indications et précautions en réflexologie

#### BASE 3 / 10 HEURES

- ↻ Apprentissage des principaux mouvements et techniques en réflexologie
- ↻ Apprentissage du toucher réflexe
- ↻ Étude détaillée de la localisation de chaque appareils et systèmes du corps et repères sur les pieds
- ↻ Anatomie et physiologie du système ostéo musculaire
- ↻ Localisations et manœuvres de travail des zones réflexes

#### BASE 4 / 10 HEURES

- ↻ Anatomie et physiologie du système nerveux central et du système neurovégétatif
- ↻ Anatomie et physiologie du système respiratoire et cardio vasculaire
- ↻ Localisations et manœuvres de travail des zones réflexes

#### BASE 5 / 10 HEURES

- ↻ Anatomie et physiologie du système lymphatique et du système digestif
- ↻ Anatomie et physiologie du système endocrinien et organes des sens
- ↻ Localisations et manœuvres de travail des zones réflexes
- ↻ Aromathérapie

#### BASE 6 / 10 HEURES

- ↻ Analyse, étude du marché et des tendances du marché
- ↻ Code de déontologie et éthique du praticien
- ↻ Conseils et expérience de la pratique en cabinet
- ↻ Différentes modalités d'installation

#### BASE 7 / 10 H + 30 H DE PRATIQUE ENCADRÉE

- ↻ Révisions et supervision de la pratique apprise tout au long de l'apprentissage
- ↻ Présentation et remise du compte rendu d'expérience
- ↻ Restitution globale, journée de certification