



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Apprendre, communiquer, ressentir

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE : FORMATION DE BASE

PUBLIC CONCERNE

Toute personne intéressée par le métier de réflexologue.

PRE REQUIS

Aucun

DELAI D'ACCES

Un mois avant le début de la formation

RESUME

La réflexologie est une stimulation douce de points spécifiques qui ont une correspondance avec les organes principaux. C'est une des méthodes les plus efficaces pour gérer le stress ainsi que les angoisses ou les douleurs physiques grâce à son action relaxante mais aussi équilibrante et libératrice. Cette méthode ancestrale est appréciée des patients par son approche douce et non intrusive. La réflexologie plantaire ne se réduit pas à stimuler des points sur la plante des pieds pour résoudre un symptôme. Les pieds sont nos racines, notre ancrage et sont le miroir de notre santé en résonance avec les énergies de tout notre corps.

Cette formation aborde tous les aspects de la réflexologie plantaire et de votre installation. Elle vous accompagnera pas à pas avec des modules en ligne et en présentiel, pour acquérir toutes les bases et devenir réflexologue professionnel.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Permettre aux participants :

- D'acquérir les connaissances et aptitudes pour établir une relation de confiance avec le patient
- D'utiliser de nouveaux outils : techniques spécifiques de réflexologie plantaire, palmaire, faciale et auriculaire
- D'être capable de faire une séance complète et de mettre en place un protocole en fonction des problèmes rencontrés par le patient.



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Apprendre, communiquer, ressentir

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

DEROULEMENT DE LA FORMATION

MODULES DISTENTIELS

Module 1 :

- Origines et principes de la réflexologie plantaire
- Les zones corporelles selon le Dr Fitzgerald
- Cartographie des zones réflexes

Anatomie, pathologies et localisation de points spécifiques en correspondance avec le système nerveux.

Module 2 :

- Projection du corps dans les pieds
- Les lignes transversales
- Zones directes et zones d'aides

Anatomie, pathologies et localisation de points spécifiques en correspondance avec le système locomoteur.

Module 3 :

- Les bienfaits, les applications et les effets
- Limites, précautions, contre-indications et réactions possibles
- Fréquence et durée des séances

Anatomie, pathologies et localisation de points en correspondance avec la sphère ORL et massage réflexologique pour les bébés

Module 4 :

- Le matériel nécessaire
- Préparation au massage réflexologique
- Gestes d'hygiène

Anatomie, pathologies et localisation de points en correspondance avec le système respiratoire.

Module 5 :

- La prise en charge de la personne recevant la séance
- Reconnaître les signes du stress et les zones de tension

Anatomie, pathologies et localisation de points en correspondance avec le système digestif.



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Apprendre, communiquer, ressentir

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

Module 6 :

- Anatomie du pied
- L'aspect des pieds et interprétations

Anatomie, pathologies et localisation de points en correspondance avec le système urinaire.

Module 7 :

- Les techniques du toucher réflexologique
- Comment agissent les points reflexes
- Examen des pieds
- Les cristaux

Anatomie, pathologies et localisation de points en correspondance avec le système génital

Module 8 :

- La sensibilité et la signification des zones douloureuses
- Le choix des zones à manipuler
- Les différentes réactions après la séance
- Les liens émotions/organes

Anatomie et localisation de points en correspondance avec le système endocrinien.

MODULES PRESENTIELS

Jours 1 à 4 :

- Mouvements de relaxation et préparation au massage réflexologique
- Localisation des points réflexes correspondants aux :
 - Système nerveux
 - Système locomoteur
 - Sphère ORL
 - Système respiratoire
- Application et entraînement en binômes
- Massage réflexologique pour les bébés et enfants : zones, précautions, application
- Elaboration d'un questionnaire de santé
- Préparation en vue de la rédaction d'un mémoire à remettre le jour de l'examen : choix des patients, anamnèse, préparation des séances, rédaction, présentation, contenu.
- Jeux de rôles autour de l'accueil et de l'approche du patient.
- Cas cliniques



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Apprendre, communiquer, ressentir

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

- Mise en place d'une séance complète de réflexologie plantaire et révision de tous les systèmes.
- Evaluation individuelle et validation des acquis.

Jours 5 à 8 :

- Questions/réponses, mise en place d'une séance complète de réflexologie plantaire
- Localisation des points réflexes correspondants aux :
 - Système digestif
 - Système uro-génital
 - Système endocrinien
- Application et entraînement en binômes
- Reprise de la globalité des mouvements d'apprentissage afin d'acquérir un automatisme et de se familiariser avec les différents points.
- Échanges sur la mise en pratique des connaissances en réflexologie plantaire apprises auprès des patients, des différentes réactions et difficultés rencontrées.
- Evaluation individuelle et validation des acquis.

EVALUATIONS

Evaluation de la formation :

- Questionnaire de satisfaction écrit pour vérifier que les besoins des participants aient été respectés et quelles actions d'amélioration peuvent être mises en œuvre
- Evaluation orale pour améliorer le contenu de la formation, le support écrit, le déroulement ou les thèmes abordés (propos retranscrits sur une fiche formateur)
- Temps d'échange oral avec le formateur pour :
 - ✓ S'assurer que les attentes des participants aient été entendues
 - ✓ Vérifier que tous les points exposés dans le programme aient été traités
 - ✓ Être à l'écoute des actions que l'organisme peut mettre en place pour améliorer leur pratique professionnelle
 - ✓ Répondre à d'éventuelles questions sur le contenu de la formation.

Evaluation des connaissances :

Auto évaluations après chaque module distentiel

Evaluation écrite composé des QCM, questions ouvertes et schémas à compléter, pour évaluer les connaissances de chaque apprenant.



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Apprendre, communiquer, ressentir

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

Evaluation orale

Evaluation des membres du jury à partir d'une étude d'un cas clinique.

Pratique complète en visio

Mise en situation professionnelle avec un patient volontaire

Prise de note sur le déroulement de la séance avec retranscription des observations relevées et du déroulement du protocole.

Mémoire à envoyer par mail au formateur

Rédaction d'un dossier avec une série d'études de cas (24 au total) avec retranscription du contenu de chaque séance effectuée, en dehors des horaires de la formation.

MATERIEL PEDAGOGIQUE

- Chaises ou tables de massage
- Talc
- Coussins
- Lingettes nettoyantes
- Paperboard
- Vidéo projecteur

METHODES PEDAGOGIQUES

Automassage de certaines zones pour mémoriser les mouvements et ressentir leurs effets et application des apprentissages en binôme.

Exercices et ateliers en groupe pour évaluer l'assimilation des connaissances et ressenti.

Etudes de cas concrets par des mises en situation en groupe.

Echanges en binôme sur le ressenti et les difficultés de chacun après chaque pratique.

Observation par l'intervenant des participants pendant les pratiques pour s'assurer de la bonne assimilation des techniques.

Tour de table pour lister les attentes des participants et les difficultés rencontrées.

RECOMMANDATIONS

- Prévoir un drap de bain et une tenue confortable
- Éviter si possible le port de bijoux (notamment les bagues)
- Avoir les ongles courts
- Prévoir des feutres



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Apprendre, communiquer, ressentir

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

FORMATRICE

Christel RICHARD

Formatrice en techniques de bien-être auprès des soignants

Certifiée en réflexologie plantaire et en médecine traditionnelle chinoise

NOMBRE DE PARTICIPANTS

12 au maximum

DUREE

30 heures de formation distancielle

56 heures de formation présentielle

50 heures de préparation du mémoire

HORAIRES

De 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h

ACCESSIBILITE

Nos locaux sont accessibles aux personnes porteuses d'un handicap.

Veuillez nous contacter pour adapter le contenu et le déroulement de la formation.

PERSONNE A CONTACTER

Christel RICHARD - Responsable pédagogique

accueil@formationselixir.com

06 09 57 37 32

La réflexologie ne se substitue pas à un traitement médical et ne peut être utilisée sur des pathologies chroniques sans avis médical.