



Cycle complet : Praticien en réflexologie plantaire

Présentation synthétique

L'objectif principal de cette formation est de rendre les stagiaires autonomes dans la pratique de la réflexologie plantaire (méthode Ingham) adaptée aux besoins de ses clients ou patients. A l'issue de la formation les stagiaires seront capables de prendre en charge un client ou patient et de réaliser une séance complète de réflexologie plantaire. Il disposera également de tous les éléments lui permettant de démarrer son activité.

Durée et horaires de la formation

Nombre de jours en présentiel : 11 jours

Durée en présentiel : 88h

Travail individuel pratique : 75h

Travail individuel théorique : 37h

Horaire matin : 9h – 12h30

Horaire après-midi : 13h30 – 18h00

Public et prérequis

Public : Formation ouverte à un public de réflexologue, thérapeute, accompagnant, professionnel de santé. Personne en reconversion professionnelle ayant un projet professionnel dans les métiers de la réflexologie

Prérequis :

- Entretien préalable à l'inscription avec le responsable pédagogique permettant de connaître le projet professionnel ou personnel du stagiaire.

Objectif pédagogique global

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de pratiquer la réflexologie plantaire (méthode Ingham adaptée aux besoins de ses clients). Le stagiaire disposera également de toutes les informations pour démarrer son activité professionnelle.

Objectifs pédagogiques partiels

A l'issue des différents modules de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre l'histoire de la réflexologie plantaire, ses protagonistes et le cadre légal
- Acquérir les connaissances anatomiques du pied (les os, les nerfs, ligaments...)
- Identifier les barrières à la pratique de réflexologie plantaire et les contre-indications
- Apprendre les différents systèmes du corps au niveau physiologie / anatomie
- Apprendre les 10 règles fondamentales pour réaliser une séance de réflexologie
- Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils
- Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
- Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient
- Identifier les barrières à la pratique de réflexologie plantaire et les contre-indications
- Apprendre et réaliser une anamnèse préalable à la séance

Perfectionnement :

- Equilibrer le système neurovégétatif avec la réflexologie plantaire
- Accompagner des malades atteints de maladies graves avec la réflexologie
- Apprendre la prise du pouls pédiéux pour une meilleure prise en charge et une détection des Zones à travailler
- Accompagner ses clients avec une approche terrain / physiologie
- Se détacher de la vision symptomatique

Objectifs pédagogique partiels concernant le projet professionnel : A l'issue des différents modules de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Découvrir le marché du bien-être en France
- Se poser les bonnes questions et identifier ces véritables besoins pour créer son activité
- Créer son identité / sa marque pour s'incarner comme professionnelle de la réflexologie
- Trouver des locaux pour travailler ou se déplacer ?
- Connaître les grands principes du marketing pour se faire connaître
- Identifier ses points forts, les axes d'amélioration pour atteindre ses objectifs
- Mieux se connaître pour mieux accompagner ses clients / son ADN
- Apprendre à se donner des objectifs clairs
- S'approprier les outils et techniques permettant de développer une communication positive et des actions commerciales efficaces / réseaux sociaux, blog, YouTube ...
- Définir les axes de travail et les plans de progression associés en fonction de ses objectifs
- Comment trouver et « cultiver » ses premiers clients
- Découvrir des outils professionnels pour promouvoir et gérer son activité plus facilement tout en gagnant du temps.
- Présenter son projet professionnel

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes pédagogiques :

- Méthode pédagogique expositive
- Méthode démonstrative
- Méthode interrogative
- Méthode active

Moyens pédagogiques :

- Présentation théorique magistrale
- Alternance de démonstrations et de pratiques guidées par le formateur
- Refaire les bons gestes par binôme

Ressources pédagogiques

- Support de cours
- Fascicules détaillés et illustrés de nombreux schémas
- Pieds de démonstration en silicone + squelette
- Documents complémentaires en pdf (schémas, documents, protocoles...) dans un espace partagé sur internet

Moyens techniques

- Vidéoprojecteur

- Paperboard
- Tables de soins
- Chaises, tabourets, tables
- Sonorisation

Le formateur

La formation sera assurée par Loïc BORNE, praticien et formateur en multi-réflexologie depuis 2010, fondateur de France Réflexologie et de xogestion. Certifié en réflexologie auriculaire (GLEM / REF LYON / C.Ponard), faciale (niveau 10+ validé par le Pr Bui Quoc Chau), plantaire et relaxologie (CLK / F. Verguin).

Dispositifs d'évaluation pendant la formation

Un quizz est organisé chaque matin pendant 1heure. A tour de rôle, sous forme de jeu, les stagiaires doivent répondre aux questions posées par le formateur. En fin de chaque journée une validation des acquis est organisée en binôme sur des cas pratiques.

Dispositifs d'évaluation à la fin et après la formation

Un questionnaire final écrit avec 50 questions est organisé le dernier jour de la formation pour évaluer les acquis théoriques. Un résultat de réponses juste de 70% est demandé pour valider ce cycle. La réussite de l'évaluation finale permet au stagiaire d'être éligible au second niveau de formation.

Evaluation pratique des acquis et des bons gestes de chaque stagiaire par binôme associé à une étude de cas imposée.

Evaluation des connaissances physiologie / pathophysiologie / anatomie avec un test écrit et oral le jour de l'examen. . Un résultat de réponses juste de 70% est demandé pour valider ce module.

Sanction de la formation

Une attestation sera donnée aux stagiaires ayant suivi les 11 jours de formation.

Itinéraire pédagogique :

Jour 1 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Comprendre l'histoire de la réflexologie plantaires, les protagonistes et le cadre légal

- Accueil et présentation du groupe, objectifs de la formation, cadre, organisation
- Qu'est-ce que la réflexologie plantaire ?
- Son histoire et ses protagonistes
- Initiation à la théorie des zones de Fitzgerald
- De la thérapie zonale à la réflexologie, méthode Eunice Ingham
- Comment fonctionne la réflexologie / Les champs d'application
- Loi de l'homéostasie
- Ethique professionnelle et déontologie du réflexologue
- Place de la réflexologie plantaire parmi les différentes réflexologies
- Le cadre légal / Bibliographie

Jour 1 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Acquérir les connaissances anatomiques du pied (les os, les nerfs, ligaments...). Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils

Identifier les barrières à la pratique de réflexologie plantaire et les contre-indications

- Découverte du pied : observer, examiner, repérer, anatomie, innervation, morphologie
- Face plantaire, dorsale, interne, externe
- Les indispensables au niveau physiologie et anatomie
- C'est quoi une pratique énergétique ?
- Obstacles, indications et contre-indications de la réflexologie plantaire
- Prévoir les réactions possibles pendant et suite à une séance (différentes situations, émotions, douleurs...)
- L'évolution du système adaptatif
- Les différents étapes et manœuvres en réflexologie (préparer, reptation, pression, rotation, stimuler, renforcer, disperser, réchauffer, détendre, réveiller ...).

Validation des acquis : cas pratique sur les repères anatomique par binôme en fin de journée

Jour 2 – Matin – De 9h à 12h30 :

Module : Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils.

Apprendre les 10 règles fondamentales pour réaliser une séance de réflexologie

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Les différentes étape pour réaliser une séance de réflexologie
- Les 10 « règles d'or » pour réussir une séance de réflexologie plantaire
- Le matériel utilisé en détection et en stimulation de zone & points

- Cartographie des représentations somatotopique sur le pied du :
 - . Système respiratoire
 - . Colonne vertébrale,
 - . Membres supérieurs et inférieurs
- Pratique

Jour 2 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils

- Mise en pratique d'un repérage et d'une stimulation d'un point douloureux à la pression
- Mise en pratique d'une détection d'une zone réflexe et les différents modes de stimulations
- Que fait-on quand on stimule un point ?
- Cartographie des représentations somatotopique sur le pied du :
 - . Le système neurovégétatif le long de la colonne vertébrale
- L'importance de l'équilibre du système nerveux autonome
- Pratique par binôme

Validation des acquis : Exercice pratique par binôme en fin de journée pour localisation et stimulation des zones et points réflexes étudiés.

Jour 3 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- C'est quoi le stress , SGA
- Cartographie des représentations somatotopique sur le pied du :
 - . Système nerveux central et périphérique
 - . Système endocrinien
- Prise en charge de la douleur
- Pratique par binôme

Jour 3 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils

- Cartographie des représentations somatotopique sur le pied du :
 - . Système sensoriel
 - . Système circulatoire et lymphatique
- Expérience et transmission expérience personnelle
- Pratique par binôme

Validation des acquis : Exercice pratique par binôme en fin de journée pour localisation et stimulation des zones et points réflexes étudiés.

Jour 4 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils
Apprendre et réaliser une anamnèse préalable à la séance

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Conduite d'une séance de réflexologie plantaire
- Anamnèse / Les enjeux / Les drapeaux rouges
- Cartographie des représentations somatotopique sur le pied du :
 - . Système digestif
 - . Système urinaire
- Pratique par binôme

Jour 4 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient.
Acquérir la connaissance des principales projections somatotopiques du corps et des organes sur le pied (localisation des différents systèmes du corps humain sur le pied)
Acquérir la connaissance des différents modes de stimulations des zones réflexes, mouvements de préparation et de réveils

- Révision et stimulation de tous les systèmes sur le pied

- Etudes de cas et protocoles : Douleurs, névralgies, le psycho-émotionnelle, le stress, les émotions, la dépression...
- Pratique par binôme d'une séance complète

Validation des acquis : Exercice pratique par binôme en fin de journée pour localisation et stimulation des zones et points réflexes étudiés selon étude de cas

Jour 5 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient.

Apprendre et réaliser une anamnèse préalable à la séance

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Etude de cas
- Mise en pratique par petit groupe d'une séance complète intégrant toutes les étapes

Jour 5 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Le cadre légal.

Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient

- Les contraintes RGPD des données clients ou patients
- Les obligations de gestions, facturations
- L'importance d'utiliser le bon vocabulaire dans les métiers de l'accompagnement
- Présentation de xogestion

Validation des acquis : quizz oral

- Pratique et révision globale par petit groupe

Jour 6 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Questions / Réponses concernant la formation de réflexologie
- Cas pratiques et pratiques

Jour 6 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient

- Etudes de cas, addictions, régulations, douleurs

Validation finale des acquis : - Evaluation pratique par binôme selon l'étude de cas imposée

Jour 7 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Equilibrer le système neurovégétatif avec la réflexologie plantaire. Apprendre la prise du pouls pédieux pour une meilleure prise en charge et une détection des Zones à travailler

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Comment fonctionne le système neurovégétatif / comment faire évoluer son système adaptatif
- Comment équilibrer le système neurovégétatif en réflexologie plantaire.
- Apprendre à détecter le pouls pédieu & initiation à la prise du Pouls de Nogier
- Apprendre à détecter une zone ou un point avec l'aide du pouls
- Comment tester, après stimulation, la réaction du point ou de la zone avec le pouls

Jour 7 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Apprendre la prise du pouls pédieux pour une meilleure prise en charge et une détection des Zones à travailler

- Etude de cas et pratique

Validation des acquis : quizz oral

- Pratique et révision globale par petit groupe

Jour 8 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Accompagner des malades atteints de maladies graves avec la réflexologie. Développer une approche de terrain versus le symptôme

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Le rôle de l'accompagnant pour accompagner les maladies graves
- Comment collaborer avec une équipe médicale
- Le cadre légal
- Quels protocoles ?

Jour 8 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Créer un protocole personnalisé et adapté à la demande de son client ou patient

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Que pouvons-nous faire ou ne pas faire ?
- Etude de cas et pratique

Validation des acquis : Exercice pratique par binôme en fin de journée avec prise en charge globale.

Jour 9 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Découvrir le marché du bien-être en France. Se poser les bonnes questions et identifier ces véritables besoins pour créer son activité. Créer son identité / sa marque pour s'incarner comme professionnelle de la réflexologie. Connaître les grands principes du commerce & du marketing pour se faire connaître. Mieux se connaître pour mieux accompagner ses clients / son ADN

- Découvrir comment le monde du bien-être fonctionne en France
- Toutes les questions que je dois me poser pour concrétiser mon projet professionnel.
- Devenir chef d'entreprise versus réflexologue
- Quel est mon ADN pour me différencier ?
- Créer ma marque / mon identité
- C'est quoi devenir une vache mauve ?
- Il faut que je me vende

Jour 9 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Identifier ses points forts, les axes d'amélioration pour atteindre ses objectifs. Apprendre à se donner des objectifs clairs. Définir les axes de travail et les plans de progression associés en fonction de ses objectifs. Trouver des locaux pour travailler ou se déplacer ?

- A quel moment communiquer sur son nouveau métier, nouvelle offre, la préparation ?
- Suivre ses différents objectifs à court, moyen et long terme
- La pugnacité, les émotions, l'environnement, l'intuition, l'argent
- Quel modèle économique ?
- Mes locaux ? Déplacements ? Mes clients

Travail personnel sur son projet professionnel.

Jour 10 – Matin – De 9h à 12h30

Module : S'approprier les outils et techniques permettant de développer une communication positive et des actions commerciales efficaces / réseaux sociaux, blog, YouTube ...
Comment trouver et « cultiver » ses premiers clients

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Comment communiquer ? / les différents supports gratuits / payant
- Trouver son style pour élaborer une ligne éditoriale
- Être chasseur ou cultivateur de clients ?
- Les techniques commerciales
- La vente commence après la vente / La loi de Pareto /
- Le business des coffrets cadeaux

Jour 10 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Découvrir des outils professionnels pour promouvoir et gérer son activité plus facilement tout en gagnant du temps.
Présenter son projet professionnel

- Les indispensables pour être professionnel.
 - Facile et gratuit
 - Questions / Réponses
- Présentation individuelle ou réflexions sur son projet professionnel

Jour 11 – Matin – De 9h à 12h30

Module : Journée de révision et d'examen

- Evaluation diagnostique : quizz oral sous forme de jeu de chaque stagiaire
- Révisions générale / Questions – Réponses

Validation théorique des acquis : 50 Questions + physiologie / anatomie

Validation pratique des acquis : Evaluation pratique par binôme selon l'étude de cas imposée

Jour 11 – Après-midi – De 13h30 à 18h

Module : Journée de révision et d'examen

- Prise en charge avec examen individuel

- Fin de stage / Remise attestation /
- Photos souvenirs