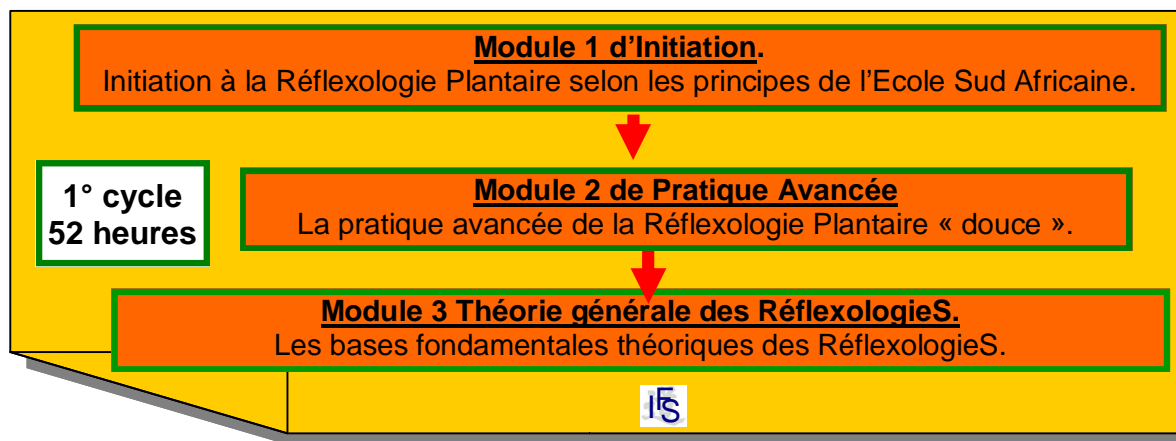


CYCLE DE FORMATION AUX REFLEXOLOGIES PLANTAIRES

1 ° CYCLE DE REFLEXOLOGIE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE DOUCE



Conduit, un an après la fin du cycle, à l'examen de Praticien de Confort en Réflexologie Plantaire.

Module de Perfectionnement en Réflexologie Sud Africaine « douce ».

MODULE D'INITIATION A LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE « DOUCE », SELON LES PRINCIPES DE L'ECOLE SUD-AFRICAINE.

1° CYCLE DU CURSUS
DE FORMATION EN
REFLEXOLOGIE

DESTINE A :

- Tous les professionnels de santé souhaitant acquérir une technique de travail sur le corps, débouchant sur une pratique professionnelle de la Réflexologie Plantaire.
- Tous les professionnels de soins du corps (centres d'esthétique, de thalasso-thérapie, instituts de beauté, etc.) souhaitant acquérir une technique et une méthode permettant une meilleure gestion des tensions corporelles.
- Toute personne souhaitant se reconvertir et acquérir une technique de travail sur le corps débouchant sur une pratique professionnelle de la Réflexologie Plantaire.
- Toute personne souhaitant adapter sa pratique professionnelle à l'évolution du marché et à la demande grandissante de ce type de travail sur le corps.
- Toute personne souhaitant enrichir ses connaissances et sa culture par l'appropriation de cette technique reconnue.

OBJECTIF:

Acquérir une technique opérationnelle de détente et de déstressage. **Grâce à ce module d'initiation indépendant, accessible à tous**, il est possible de suivre un enseignement direct permettant de pratiquer la « Réflexologie Plantaire ». Il permet d'apporter ou de retrouver un ressenti et un bien-être incontestables. Ce module permet en effet de procurer au receveur une détente, une décontraction agréable qui sera appréciée à juste titre. Il peut se pratiquer chez soi ou bien dans le cadre d'un cabinet de consultation ou d'esthétique par exemple. Sans prétendre agir en profondeur, comme le fait le travail en Réflexologie Plantaire professionnel, ce niveau d'initiation participe à un excellent équilibre de vie. Cette formation est également très intéressante pour les praticiens ou futurs praticiens Réflexologues car elle leur ouvre, entre autres, les portes du monde des salons d'esthétique ou de bien-être. Elle répond parfaitement aux besoins du monde moderne et s'inscrit dans une réalité de plus en plus évidente d'adaptation aux contraintes économiques (temps, stress, urgence, sollicitations, etc.) et aux besoins grandissants du marché du bien-être. Ce niveau est le pré-requis permettant de suivre le niveau " professionnel ".

DUREE DU MODULE:

Deux journées (9 h. 30 à 18 h. 30) soit 16 h.

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.

24 personnes (12 binômes).

CONTENU DU MODULE

- Accueil et installation des stagiaires à leur arrivée.
- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc.) et des objectifs du stage.

Première journée (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Brève introduction à la technique « douce » sud-africaine mise au point par Chris Stormer (origine, but escompté de cette technique, précautions, contre-indications). - Remarques techniques concernant l'ensemble du déroulement du protocole. - Quelques préliminaires à respecter avant de commencer le soin. La prise de contact.
- Les différentes techniques du toucher utilisées et leur mise en pratique (pression - rotation, mouvement de « chenille », « massage » et effleurement)
- Protocole de détente : enchaînement du travail sur les zones réflexes dans un ordre précis permettant un travail de rééquilibrage de tout l'organisme (tête, nuque, colonne vertébrale, poumons, cœur).
- La technique du plexus solaire

Deuxième journée (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Protocole de détente (suite) : travail sur les zones réflexes du système digestif (rate, pancréas, foie, vésicule biliaire, œsophage, estomac, intestin grêle, côlon), travail général des zones réflexes du système urinaire.
- Techniques de manipulation des pieds pour terminer un soin de détente (étirements et rotation des orteils, essorage, etc.)
- Technique du plexus solaire.
- Protocole complet.
- **Fin du module de formation d'Initiation en « Réflexologie Plantaire Douce ».**
- Signature des feuilles de présence.
- Remise des documents pédagogiques (planches, fascicules et méthodes techniques de travail détaillées et illustrées de clichés réels des postures et directions de travail).
- Remise des fiches d'évaluation de la formation à compléter par le stagiaire et par le formateur.
- Collation finale et départ des stagiaires.

LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET CONTRÔLE DES CONNAISSANCES:

- Travail en groupe, articulé autour de la pratique de la Réflexologie Plantaire Douce.
 - Travail en binôme (receveur / donneur) permettant la pratique et le ressenti des techniques enseignées.
 - Présence de 2 à 6 assistants selon la taille du groupe auprès de l'animateur, afin de faciliter l'appropriation des premières notions posturales et apporter les corrections nécessaires à un bon savoir-faire.
- Fourniture de tout le matériel pédagogique nécessaire au bon suivi de la formation (tables, lingettes hygiéniques, talc, alèzes jetables, papier, crayons, supports pédagogiques, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.

MODULE DE PRATIQUE AVANCEE EN REFLEXOLOGIE PLANTAIRE « DOUCE ». SELON LES PRINCIPES DE L'ECOLE SUD-AFRICAIN.

1° CYCLE DU CURSUS
DE FORMATION EN
REFLEXOLOGIES

DESTINE A:

- Toutes les catégories de personnes ayant déjà suivi le module d'Initiation à la Réflexologie Plantaire Douce et souhaitant se perfectionner dans l'acquisition de cette technique.
- Toutes les catégories de personnes ayant déjà suivi le module d'Initiation à la Réflexologie Plantaire Douce et souhaitant se présenter à l'examen de Praticien de Confort en Réflexologie Plantaire.

OBJECTIF:

Acquérir plus de technicité dans la pratique d'action et d'intervention directe sur le corps acquise lors du module d'Initiation à la Réflexologie Plantaire. Ce module permet au stagiaire d'affiner sa pratique sur les zones réflexes fondamentales du corps humain situées sur les pieds. Acquérir une technique d'intervention par action de réflexe sur l'ensemble du système endocrinien de l'organisme influant sur l'état d'humeur et l'équilibre émotionnel d'une personne. Les techniques de stimulation et de rééquilibrage des zones réflexes du système endocrinien qui sont enseignées dans ce deuxième module permettent au pratiquant d'être encore plus opérationnel dans le but escompté de cette technique, c'est-à-dire, la détente profonde et le ressenti d'un bien-être global, tant sur le plan physique qu'émotionnel.

S'il est déjà professionnel de santé, il acquiert à travers ce module une qualité de travail en Réflexologie Plantaire qui sera directement opérative et applicable en consultation.

DUREE DU MODULE:

Deux journées (9 h. 30 à 18 h. 30) soit 16 h.

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.

24 personnes (12 binômes).

CONTENU DU MODULE

- Accueil et installation des stagiaires à leur arrivée.
- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc.) et des objectifs du stage.

Première journée (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Techniques de préparation du praticien et conseils généraux (attitude neutre, échauffement des mains).
- Brève présentation du travail sur le système émotionnel (préliminaires, précautions, contre-indications).
- Localisation et démonstration de la technique de travail des zones réflexes du système endocrinien.
- Repérage pratique par le toucher des zones réflexes des glandes endocrines.
- Localisation et démonstration de la technique de travail des zones réflexes du système urinaire (reins, uretères, vessie, urètre).
- Technique de travail sur le système endocrinien dans un ordre précis pour renforcer l'effet d'équilibrage. Manipulations spécifiques pour travailler les réflexes du système génital chez la femme et chez l'homme.
- Technique du toucher métamorphique pour relier les différentes zones réflexes endocriniennes les unes aux autres et pour clore le travail de l'ouverture des glandes du système endocrinien.
- Technique de travail du système urinaire pour optimiser l'évacuation des toxines de l'organisme.

Deuxième journée (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Techniques de préparation des mains pour le réflexologue. Le toucher juste et la sensibilité du pratiquant (le ressenti de tensions dans le pied, discernement de toxines dans une zone réflexe donnée)
- Technique morphique de détente sur les zones réflexes de la nuque - l'Alta Major
- Localisation, repérage et apprentissage technique du travail des zones réflexes des articulations (épaules, coudes, poignets, hanches, genoux, chevilles). Localisation, repérage et apprentissage technique du travail des zones réflexes secondaires ou d'accès indirect : poumons, système digestif.
- Localisation, repérage et apprentissage technique du travail des zones réflexes du système lymphatique.
- Protocole de travail des zones réflexes procurant une détente et un rééquilibrage efficace. Réalisation de protocole complet.

Fin du module de Pratique Avancée en " Réflexologie Plantaire Douce".

- Signature des feuilles de présence.
- Remise des documents pédagogiques (planches, fascicules et méthodes techniques de travail détaillées et illustrées de clichés réels des postures et directions de travail).
- Remise des fiches d'évaluation de la formation à compléter par le stagiaire et par le formateur.
- Collation finale et départ des stagiaires.

LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET CONTRÔLE DES CONNAISSANCES:

- Travail en groupe, articulé autour de la pratique de la Réflexologie Plantaire.
 - Travail en binôme (receveur / donneur) permettant la pratique et le ressenti des techniques enseignées.
 - Présence de 2 à 6 assistants selon la taille du groupe auprès de l'animateur, afin de faciliter l'appropriation des premières notions posturales et apporter les corrections nécessaires à un bon savoir-faire.
- Fourniture de tout le matériel pédagogique nécessaire au bon suivi de la formation (tables, lingettes hygiéniques, talc, alèzes jetables, papier, crayons, supports pédagogiques, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.

MODULE DE THEORIE GENERALE DES REFLEXOLOGIES.

DESTINE A:

- Toutes les catégories de personnes ayant déjà suivi le module précédent et souhaitant se perfectionner dans l'acquisition de cette technique.
- Toutes les catégories de personnes ayant déjà suivi le module précédent et souhaitant se présenter à l'examen de Praticien de Confort en Réflexologie Plantaire.

OBJECTIF:

Acquérir les bases théoriques sur lesquelles s'appuient toutes les différentes formes de réflexologie qui considèrent que sur une partie donnée du corps (pieds, oreille, visage, mains, dos, oeil) est reflété l'ensemble des systèmes et des organes du corps. Appréhender les différentes hypothèses d'explication de l'effet physiologique de la réflexologie dans le corps : hypothèse nerveuse, hypothèse vasculaire, hypothèse analogique, hypothèse énergétique... Acquérir les bases de connaissance théoriques indispensables de tous les systèmes majeurs du corps afin de mieux appréhender l'efficacité du protocole appris, de mieux comprendre l'emplacement des zones réflexes et les liens qui les unissent les unes aux autres. S'initier aux grandes lignes de la lecture symbolique des pieds, propre à la méthode douce sud-africaine.

DUREE DU MODULE:

Deux journées et 1/2 soit 20 h.

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.

40 personnes (module théorique).

CONTENU DU MODULE

- Accueil et installation des stagiaires à leur arrivée.
- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc.) et des objectifs du stage.

Première journée (de 14 h. à 18 heures)

- Repères historiques du « massage des pieds » (dans la culture amérindienne, en Chine, en Egypte, en Europe...).
- Origines occidentales de la thérapie zonale, de la réflexologie. Présentation des différentes formes de réflexologie ainsi que des différentes techniques dans le domaine spécifique de la réflexologie plantaire.
- Différentes hypothèses d'explication de l'effet physiologique de la réflexologie dans le corps (nerveuse, vasculaire, analogique, énergétique).

Deuxième journée (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Principes fondamentaux de la réflexologie plantaire « occidentale » : la théorie zonale de Fitzgerald.
- Notions succinctes mais fondamentales d'anatomie et de physiologie du corps humain pour la pratique de la réflexologie plantaire occidentale selon la méthode douce.
- Les pieds, miroir de l'ensemble des systèmes du corps : fonctionnement des systèmes respiratoire, digestif, urinaire, nerveux, circulatoire, lymphatique, endocrinien...

Troisième journée (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Sensibilisation à l'approche symbolique générale du pied (anatomique, formelle, mythologique, culturelle, etc.).
- Bain des pieds : symbolique, effet thérapeutique, conseils d'utilisation de quelques huiles essentielles adaptées.
- Clefs de lecture à travers l'observation de l'aspect des pieds (texture de la peau, emplacement de cors et de durillons, colorations de certaines zones de réflexe lors du soin, etc.)
- Symbolique générale des zones réflexes sur les pieds
- **Fin du module de Théorie Générale des Réflexologies.**
- Signature des feuilles de présence.
- Remise des documents pédagogiques (planches, fascicules et méthodes techniques de travail détaillées et illustrées de clichés réels des postures et directions de travail).
- Remise des fiches d'évaluation de la formation à compléter par le stagiaire et par le formateur.
- Collation finale et départ des stagiaires.

LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET CONTRÔLE DES CONNAISSANCES:

- Travail en groupe, articulé autour de la pratique de la Réflexologie Plantaire.
- Fourniture de tout le matériel pédagogique nécessaire au bon suivi de la formation (tables, lingettes hygiéniques, talc, alèzes jetables, papier, crayons, supports pédagogiques, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.

**FORMATION CONDUISANT A L'EXAMEN DE
PRATICIEN EN RÉFLEXOLOGIE DE CONFORT.**

LA CERTIFICATION :

Cette formation complète en Réflexologie Plantaire est diplômante. Il est par conséquent possible, pour ceux qui souhaitent pratiquer professionnellement, de passer un examen. A la suite d'un contrôle de connaissances théoriques et pratiques, il sera décerné un diplôme de **Praticien en Réflexologie Plantaire de Confort**, à ceux qui auront réussi.

MODULES DE PERFECTIONNEMENT
LES BASES FONDAMENTALES DE LA PRATIQUE DES REFLEXOLOGIES,

DESTINE A:

- Toute personne ayant déjà suivi les modules Initiation et Avancé du 1° cycle du cursus de la formation en Réflexologies et souhaitant se perfectionner dans l'acquisition de ces techniques.
- Toute personne ayant déjà suivi le module en Réflexologie Plantaire Chinoise du 2° cycle du cursus de la formation en Réflexologies et souhaitant se perfectionner dans l'acquisition de ces techniques.
- Toute personne ayant déjà suivi le module en Podo-Réflexologie-Appliquée du 3° cycle du cursus de la formation en Réflexologies et souhaitant se perfectionner dans l'acquisition de ces techniques.
- Toute personne ayant déjà suivi le module en Réflexologie Faciale du 3° cycle du cursus de la formation en Réflexologies et souhaitant se perfectionner dans l'acquisition de ces techniques.

OBJECTIF:

Acquérir plus de technicité et de compétences dans la pratique et la connaissance acquises lors de ces formations. Ces modules permettent au stagiaire d'affiner sa pratique en RéflexologieS et de se préparer avec sérieux aux examens de praticiens auxquels il pourra se présenter. S'il est déjà professionnel de santé, il acquiert à travers ces modules une qualité de travail qui sera directement opérative et applicable en consultation.

DUREE DU MODULE:

Une journée pour chacune des techniques
(9 h. 30 à 18 h. 30) soit 8 h.

NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.

22 personnes (11 binômes).

CONTENU DU MODULE:

- Accueil et installation des stagiaires à leur arrivée.
- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc...) et des objectifs.

Perfectionnement en Réflexologies: (de 9 h. 30 à 18 heures 30)

- Retour sur l'anatomie du pied et les principes fondamentaux de chaque forme de réflexologie.
- Les réflexes des systèmes propres à chaque méthode.
- Les réflexes secondaires : dos , poumons, digestif, des mains.
- La symbolique générale des zones réflexes sur les pieds selon chaque méthode.
- Etude de cas pratiques.

- Fin du module de Perfectionnement.

- Signature des feuilles de présence.
- Remise des fiches d'évaluation de la formation à compléter par le stagiaire et par le formateur.
- Collation finale et départ des stagiaires.

LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET CONTRÔLE DES CONNAISSANCES:

- Travail en groupe, articulé autour de la pratique des Réflexologies.
 - Travail en binôme (receveur / donneur) permettant la pratique et le ressenti des techniques enseignées.
 - Présence de 2 à 6 assistants selon la taille du groupe auprès de l'animateur, afin de faciliter l'appropriation des premières notions posturales et apporter les corrections nécessaires à un bon savoir-faire.
- Fourniture de tout le matériel pédagogique nécessaire au bon suivi de la formation (tables, alèzes de protection pour la pratique des élèves, papier, crayons, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.

