

Date de mise à jour : 01/06/2024

## **Réflexologue**

### **Objectifs pédagogiques :**

À l'issue de la formation le stagiaire sera capable :

1. D'analyser les besoins de clients, d'identifier des troubles à traiter en réflexologie et de sélectionner des protocoles de réflexologie plantaires et palmaires
2. De mettre en œuvre des protocoles de réflexologie plantaire et palmaire pour traiter des déséquilibres et des troubles légers
3. De gérer une activité professionnelle de réflexologue et de progresser dans sa pratique professionnelle

### **Public concerné :**

La formation est destinée à toute personne qui souhaite s'installer en tant que réflexologue : aux personnes en reconversion professionnelle, aux salariés ou indépendants du secteur des médecines non-conventionnelles, aux professionnels du secteur médical ou paramédical.

**Prérequis :** Sans prérequis.

**Conditions d'admission :** Dossier de candidature et entretien avec la Directrice du centre de formation.

**Délais d'accès à la formation en E-Learning :** du 01 juillet au 06 septembre 2025.

**Délais d'accès à la formation en Réflexologie en présentiel :** du 07/09/2024 au 06/04/2025 ( planning joint)

**Durée de la formation en présentiel :** 152 heures/19 jours.  
**Durée de la formation en E-Learning :** 110 heures.  
**Durée totale de la formation :** 262 heures (estimée sur 8 mois).  
**Durée d'investissement personnel :** estimée à 200 heures.  
**Durée totale formation :** 462 heures.

**Nombre de stagiaires :** 12

**Coût de la formation :** 3100.00 € net de taxe

**Dates des sessions :** Disponibles sur le site internet <https://www.reflexologieannecy.com/>

**Lieux de la formation :** Maison du Grand Pré, 18 impasse du Grand pré 74650 CHAVANOD

**Accessibilité :** La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Les conditions générales de vente sont mentionnées dans le règlement intérieur.

Date de mise à jour : 01/06/2024

## L'équipe pédagogique :

La formation sera dispensée par :

- ✓ **Nadine Jedrey** Réflexologue RNCP/ Fondatrice du Centre de Formation.  
Formée en 1983 au Luxembourg, elle se perfectionne en Thaïlande puis à Grenoble en 2008.  
Formée à la réflexologie faciale Dien Chan niveau 3 en 2013 à Toulouse. Certifiée en ennéagramme, PNL et communication à Béziers. Son parcours l'a conduit à suivre une formation en méditation MBSR à Annecy en 2018, puis à se familiariser avec la libération des émotions à Genève en 2022.  
Nadine se consacre depuis quinze ans à l'étude et à la mise en œuvre de nouveaux protocoles, à la pratique de la réflexologie et de la gestion du stress.
- ✓ **Sergio Mesa** : Directeur pédagogique au Centre de Formation. Enregistré au : EU Clinical Trials Register  
Enregistré à L'Agence Nationale de Sécurité du Médicament et de produits de Santé. Référent pédagogique auprès du Syndicat Professionnel des Réflexologues (SPR) - Faculté de Médecine –  
Certifié en réanimation, Mécanismes des émotions Réflexologue. Aromathérapie Thérapeutique  
Techniques de respiration contrôlées. Oncologie. Spino Réflexologie

## Programme et déroulé de la formation :

### 1. Mise à niveau en physiopathologie ( 110 heures/15 jours)

#### **Bloc 1 : 48 heures**

Anatomie du pied  
L'Homéostasie  
Mécanique de la Réflexologie  
La Cellule  
Système Articulaire  
Système Nerveux  
Système Musculaire

#### **Bloc 2 : 32 heures**

Système Cardio/Circulatoire  
Système Respiratoire  
Système Digestif

#### **Bloc 3 : 30 heures**

Système Lymphatique  
Système Urinaire/Reproducteur  
Système Endocrinien

Heures en e-learning : 110

Heures d'études : 110

### Module réflexologie pratique : (152 heures/19 jours)

#### 2. Introduction au cursus de formation. (1 jour)

Accueil dans le cursus de formation

Révision en physiopathologie suite au parcours d'auto-apprentissage

Centre de formation enregistré sous le N° 82 74 02 760 74 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat). Siret :  
534 923 420 00044 – APE : 8559A - Tél : 06 87 24 68 55 – 16 faubourg des Balmettes 74000 Annecy

---

Date de mise à jour : 01/06/2024

Heures en présentiel : 8 heures

Heures d'études : 20

### 3. Réflexologie plantaire (9 jours)

Introduction à la réflexologie plantaire et initiation à la réflexologie

Origine et histoire de la réflexologie, déontologie.

Cartographie réflexe du pied.

Théorie des zones, lignes repère, technique d'équilibre via le SNA.

Techniques de relaxation

Apprentissage de protocoles adaptés (Matin : Théorie / Après-midi : Travaux pratiques)

Système nerveux, articulaire, musculaire

Système cardio, respiratoire, sens

Système digestif endocrinien

Système lymphatique, urinaire, reproducteur

Validation des connaissances en réflexologie plantaire

Rappels théoriques

Mise en pratique plantaire par binôme

Révision anatomie/physiologie/pathologie

Heures en présentiel : 72

Heures d'études : 108

### 4. Réflexologie palmaire (2 jours)

Introduction à la réflexologie palmaire

Apprentissage de protocoles adaptés (Matin : Théorie / Après-midi : Travaux pratiques)

Validation des connaissances en réflexologie palmaire

Rappels théoriques

Mise en pratique palmaire par binôme

Heures en présentiel : 16

Heures d'études : 20

### 5. Bilan « réflexologie » (1 jour)

Mise en pratique plantaire par binôme

Mise en pratique palmaire par binôme

Heures en présentiel : 8

Heures d'études : 20

### 6. Néo-réflexologie (2 jours)

Accompagner l'ensemble des modifications physiologiques de la femme enceinte et de son Bébé. Apporter du bien être aussi bien physique qu'émotionnel. Identifier les points réflexes à traiter en adéquation aux déséquilibres rencontrés. Travailler en toute sécurité pendant cette période de vie si particulière. Proposer des ateliers maman/papa/nourrisson.

Date de mise à jour : 01/06/2024

Heures en présentiel : 16

Heures d'études : 11

### 7. Gérer une activité professionnelle de réflexologue (3 jours)

Stratégie commerciale

Retours d'expérience

Pôles d'attractivité client

Notions comptables

Plan de communication

Les outils de communication

Réalisation de support de communication

Mise en situation pratique : animation d'une conférence

Installation

Les statuts juridiques

Les obligations réglementaires

Les obligations comptables et déclaratives

Projection dans l'environnement de travail

Heures en présentiel : 24

Heures d'études : 11

### 8. Préparation finale (1 jour)

Regards croisés

Travaux pratiques plantaires et palmaires

Heures en présentiel : 08

Heures d'études : 11

#### **Matériel pédagogique :**

Planches techniques, supports de formation, vidéoprojecteur, paperboard, tables de massage, mannequins, mise à disposition de documents téléchargeables en ligne, études de cas concrets, télévision.

#### **Moyens pédagogiques :**

La formation dispensée en présentiel et en auto-apprentissage sur e-learning. Différents modes d'animation sont utilisés : cours magistraux, ateliers d'expression, mise en situation pratique par binôme, vidéo, logiciel d'e-learning, travaux en groupe, temps de travail personnel.

#### **Modalités d'évaluation :**

Une évaluation en cours de formation est réalisée pour mesurer la progression lors du cursus (questions orales, QCM, mise en situation pratique...).

A l'issue du cursus de formation un examen est effectué pour valider l'assimilation des compétences et les connaissances du stagiaire (mise en situation, questionnaires, oral, mémoire...) en vue de délivrer une attestation.