

Date de mise à jour : 17/02/2023

## **Réflexologue Expert**

**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 plantaire, palmaire, crânio-faciale, dorsale.
2. De mettre en œuvre des protocoles de réflexologie plantaire, palmaire, crânio-faciale et dorsale pour traiter des déséquilibres et des troubles légers.
3. De progresser dans sa pratique professionnelle.

**Public concerné :**

**Secteur médical :**

Médecins, infirmières, sage-femmes, kinésithérapeutes, aides-soignantes. (Accompagnement aux thérapies cognitives et comportementales).

Centre anti-douleur, unité de soins de suite spécialisés en cancérologie, unité de soins palliatifs, unité de soins gérontologie, centre de soins pour femmes enceintes, unité de soins post-natal, établissement de cure, de convalescence, de réadaptation et de rééducation physique en complément de thérapies manuelles).

**Secteur de l'entreprise :**

Les ressources humaines et les chargés de prévention, ainsi que les Comités d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail, ou CHSCT, et les Comités sociaux et économiques, ou CSE.

**Professionnels du Bien-Être :**

Ostéopathes, réflexologues, centres de préparation au sport de haut niveau ou compétition, des structures de la petite enfance, naturopathes,

**Autres:**

En milieu carcéral, dans des établissements de santé privés qui traitent le stress. Les centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie.

Les établissements de soins de suite en alcoologie. Les centres de désintoxication (drogue, tabac...).

**Prérequis :** Niveau BAC ou avoir une expérience professionnelle d'au moins 1 an dans le secteur du Bien-Être.

**Conditions d'admission :** Dossier de candidature et entretien avec le centre de formation.

**Délais d'accès à la formation :** Dès l'inscription.

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 00036 – APE : 8559A - Tél : 06 87 24 68 55 – 10 faubourg des Annonciades 74000 Annecy

---

## CENTRE DE REFLEXOLOGIE – ANNECY - NADINE JEDREY

---

Date de mise à jour : 17/02/2023

Durée de la formation en présentiel : 96 heures/12 jours.  
Durée de la formation en E-Learning : 134 heures.  
Durée totale de la formation : 230 heures de cours sur 5 mois.  
Durée d'investissement personnel : estimée à 100 heures.  
Durée totale formation : 330 heures.

Nombre de stagiaires : 12

Coût de la formation : 3600 € net de taxe

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

Lieux de la formation : 10, faubourg des Annonciades 74000 Annecy

Accessibilité : Sur demande, la formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

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

### L'équipe pédagogique :

La formation sera dispensée par :

- ✓ **Nadine Jedrey** Réflexologue - titre RNCP Co-Directrice au Centre de Formation.  
Formée en 1983 au Luxembourg, se perfectionne en Thaïlande puis à Grenoble en 2008.  
Se forme à la réflexologie faciale Dien Chan niveau 3 en 2013 à Toulouse. Certifiée en ennéagramme, PNL et communication. Formée à la méditation MBSR en 2018.  
Nadine se consacre à l'étude et mise en place de nouveaux protocoles, la pratique de la réflexologie et la gestion du stress depuis 15 ans.
- ✓ **Sergio Mesa** : Co-Directeur 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-Titre RNCP  
Aromathérapie Thérapeutique Techniques de respiration contrôlées. Oncologie. Spino Réflexologie
- ✓ **Laure Tochon** : Formatrice, intervenante en réflexologie.  
Infirmière depuis 13 ans, Réflexologue titre RNCP. Instructrice de Pilates.
- ✓ **Anne-Sophie Paccard** : Formatrice, intervenante en réflexologie.  
Réflexologue titre RNCP. Pratique en cabinet et en entreprise.  
Réflexologie plantaire, palmaire et crânio-faciale. Réflexologie pédiatrique et périnatale.

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 00036 – APE : 8559A - Tél : 06 87 24 68 55 – 10 faubourg des Annonciades 74000 Annecy

---

Date de mise à jour : 17/02/2023

**Programme et déroulé de la formation :**

**1. Mise à niveau en physiopathologie (94 heures/12 jours en E-Learning)**

**Bloc 1 : 40 heures**

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

**Bloc 2 : 24 heures**

Système Cardio/Circulatoire  
Système Respiratoire  
Système Digestif

**Bloc 3 : 30 heures**

Système Lymphatique  
Système Urinaire/Reproducteur  
Système Endocrinien

Heures en e-learning : 94

Heures d'études : 0

**2. Le fonctionnement des nerfs spinaux ( 40 heures/5 jours en E-Learning)**

**Bloc 1 : 8 heures**

Introduction du système nerveux autonome (SNA)  
Définition des métamères et myotomes  
L'organisation de la colonne vertébrale  
Les liens entre les nerfs spinaux et les pathologies

**Bloc 2 : 16 heures**

Le système nerveux autonome (SNA)  
La colonne vertébrale

**Bloc 3 : 16 heures**

Mise en situation :  
Vertèbres cervicales  
Vertèbres dorsales  
Vertèbres lombaires  
Identification des vertèbres (mise en situation)

Heures en e-learning : 40

Heures d'études : 0

Date de mise à jour : 17/02/2023

### **3. Introduction au cursus de formation (1 jour)**

Accueil dans le cursus de formation  
Révision en physiopathologie suite au parcours d'auto-apprentissage

Heures en présentiel : 8 heures

Heures d'études : 0

### **4. Réflexologie plantaire (3 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

Heures en présentiel : 24

Heures d'études : 50

### **5. Réflexologie palmaire (1 jour)**

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 plantaire par binôme

Heures en présentiel : 8

Heures d'études : 10

### **6. Réflexologie crânio-faciale (3 jours)**

Mise en pratique crânio-faciale par binôme

Heures en présentiel : 24

Heures d'études : 20

Date de mise à jour : 17/02/2023

### 7. Mise en situation professionnelle (1 jour)

Rappel théorique des protocoles plantaire, palmaire, crânio-faciale, dorsale.  
Echanges sur les études observationnelles. Travaux pratiques.

Heures en présentiel : 8

Heures d'études : 0

### 8. Spino-Réflexologie (2 jours)

Comprendre le fonctionnement des nerfs spinaux en lien avec des métamères.  
Identifier un nerf spinal responsable d'un déséquilibre fonctionnel.  
Agir sur les nerfs spinaux en lien avec les troubles présentés par le client.

Heures en présentiel : 16

Heures d'études : 20

### 9. Mise en situation professionnelle (1 jour)

Echanges sur les études observationnelles. Travaux pratiques.  
Séances en binôme plantaire, palmaire, crânio-faciale, dorsale.

Heures en présentiel : 8

Heures d'études : 0

**Matériel pédagogique :** Un accès aux vidéos pédagogiques est accessible tout au long de la formation.

Planches techniques, cartographies, supports de formation.

Vidéoprojecteur, paperboard, tables de massage, mannequins, mise à disposition de documents téléchargeables en ligne, études de cas concrets, télévision.

**Modalités d'évaluation :** Une évaluation en cours de formation est réalisée pour mesurer la progression lors du cursus (questions orales, tests de connaissance, 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.

**Modalités 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.

**Dates :**

Juin 2023 : 27, 28, 29, 30

Juillet 2023 : 04, 05, 06, 07

Août 2023 : 22, 23, 24, 25

Novembre 2023 : 01 examen

**Horaires :** 8h30/12h00 – 13h00/17h30