

Date de mise à jour : 02/01/2024

Relaxologue

Objectifs pédagogiques :

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

- Pratiquer un suivi de gestion et prévention du stress. La formation vise à permettre aux professionnels intervenant auprès de personnes en situation de stress de les accompagner en utilisant différentes techniques réflexes afin de gérer, diminuer et prévenir le stress et ses conséquences néfastes. Par l'acquisition de techniques réflexes spécifiques et adaptées, la méthode permet aux participants d'apprendre à identifier les situations génératrices de tensions, à comprendre les mécanismes et à agir sur les différentes zones de tensions corporelles pour que le client puisse mieux gérer ses émotions au quotidien et prendre du recul et gérer son stress.

- Mener des ateliers collectifs

Public concerné :

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

Prérequis : Aucun prérequis.

Conditions d'admission : Dossier de candidature et entretien avec la direction.

Délais d'accès à la formation en E-Learning : Dès l'inscription.

Délais d'accès à la formation en présentiel : voir dates site.

Durée de la formation en présentiel : 40 heures.

Durée de la formation en E-Learning : 40 heures.

Durée totale de la formation : 80 heures

Durée d'investissement personnel : 48 heures.

Nombre de stagiaires : 14

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

Lieux de la formation : 30 bis rue Gustave Eiffel 74600 Seynod/Annecy

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

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

L'équipe pédagogique :

La formation sera dispensée par :

✓ **Nadine Jedrey** Réflexologue / Directrice au Centre de Formation.

Formée en 1983 au Luxembourg, elle suit des cours en Thaïlande puis à Grenoble en 2008.

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 : 02/01/2024

Se forme à la réflexologie faciale Dien Chan niveau 3 en 2013 à Toulouse. Certification en ennéagramme, PNL et communication. A reçu une formation en méditation MBSR en 2018, la libération des émotions 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** : 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. Aromathérapie Thérapeutique Techniques de respiration contrôlées. Oncologie. Spino Réflexologie

Programme et déroulé de la formation :

Mise à niveau en physiopathologie 5 jours/40 heures en E-Learning asynchrone

Bloc 1 : le système nerveux autonome/12 heures

Bloc 2 : la respiration /8 heures

Bloc 3 : le système circulatoire et hormonal/8 heures

Bloc 4 : l'olfactothérapie et les émotions/8 heures

1 Introduction au cursus de formation (1 jour) en présentiel

Accueil dans le cursus de formation

Révision en physiopathologie suite au parcours d'auto-apprentissage

Heures en présentiel : 8 heures

Heures d'études : 10

1. La compréhension de la gestion du stress/L'hygiène de vie (1 jour)
2. La détente par la cohérence cardiaque/La détente par la posture du corps (1 jour)
3. La détente par l'olfactothérapie (1 jour)
4. La conduite de séance de groupe ou individuelle (1 jour)

Heures en présentiel : 40 heures

Heures d'études : 48 heures

Matériel pédagogique :

Supports de formation, vidéoprojecteur, paperboard, tables de massage, mannequins, mise à disposition de documents téléchargeables en ligne.

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 et certificat de Relaxologue.

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.