

REFLEXOLOGIE socio

PARTIE THEORIQUE en visio

LES BASES DE LA REFLEXOLOGIE

- L'anatomie du corps humain ;
- Le principe de projection en réflexologie ;
- L'emplacement des zones réflexes correspondantes aux organes et aux entrailles ;
- Le système méridien ;
- Comment établir un bilan réflexologique ;
- Comment venir en aide à une personne en difficulté ;

Un vrai travail d'approfondissement, vous sera proposé afin de vous former aux techniques de **la réflexologie plantaire, palmaire, auriculaire et faciale avec 3 méthodes d'approches différentes.**

Nous étudierons **le Yin et le Yang** d'une manière plus approfondie ainsi que leurs relations et leurs déséquilibres.

Nous exploiterons le cycle **des cinq mouvements** (cinq éléments), puis les relations entre ces éléments et leurs correspondances avec l'humain.

Nous étudierons le **fonctionnement de chaque organe**, ainsi que ses déséquilibres.

Vous établirez **un bilan** avec votre modèle qui découlera sur un axe de travail approprié à chacun pour retrouver le bien-être de la personne, un outil de travail précieux lors du premier échange.

MISE EN PRATIQUE en présentiel

L'ACCUEIL D'UN CLIENT

Accueillir le client dans son espace de travail pour qu'il se sente pris en charge et mis en confiance.

Questionner la personne pour identifier la raison de la séance en prenant en compte le motif des troubles qui se manifestent sous formes émotionnelles et physiques afin de réaliser le bilan réflexologique.

Mettre en place une charte pour identifier avant la séance si la personne a d'éventuelles contre-indications empêchant une ou plusieurs approches de réflexologie (palmaire, plantaire, faciale et auriculaire).

Élaborer un protocole de réflexologie en présentant au client le déroulement de la séance.

Installer le client pour recevoir la séance en respectant les règles d'hygiène et déontologique du métier.

REFLEXOLOGIE socio

MISE EN PRATIQUE DES BILANS

D'après votre bilan réflexologique établi en amont, vous devrez mettre en pratique les techniques établis dans votre bilan.

AIDE A UNE PERSONNE EN DIFFICULTE

Pour : une personne âgée, une personne en situation de handicap, une personne malade, une personne avec des broches, orthèse, implant ..., une personne mal-voyante, non voyante

Accompagner une personne à se positionner sur une table de massage ou sur un fauteuil de soin.

Accompagner une personne d'un fauteuil de soin à un fauteuil roulant.

Aide au levé.

Aide au couché.

Les gestes techniques à faire.

Les gestes techniques à ne pas faire.

Les choses à dire ou à ne pas dire.

LA PRATIQUE DE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET PALMAIRE

- Le principe de projection du corps au niveau des mains et des pieds ;
- L'apprentissage des localisations pour chaque zone réflexe ;
- L'anatomie des mains et des pieds par le touché ;
- Localisation et fonction des zones réflexes des mains et des pieds ;
- L'Étude des déséquilibres énergétiques liés aux organes et entrailles ;
- Apprentissage des méthodes, techniques de massage ;

LA PRATIQUE DE L'AURICULOTHERAPIE

- Le principe de projection du corps au niveau du pavillon auriculaire ;
- L'apprentissage des localisations pour chaque zone réflexe ;
- L'anatomie de l'oreille par le touché ;
- L'Étude des déséquilibres énergétiques liés aux organes et entrailles ;
- Apprentissage des méthodes, techniques de massage ;
- Pose de grains afin de faire perdurer votre soin pendant plusieurs jours.

LA PRATIQUE DE LA REFLEXOLOGIE FACIALE

- Origine de la réflexologie faciale ;
- L'anatomie du visage par le touché ;
- Les principes de base ;
- Localisation de chaque zone réflexe et des points réflexes ;
- Principe de projection des organes et des membres ;
- Choix des points
- Apprentissage d'un protocole pour une séance de base et une séance basée sur les déséquilibres ;
- Fonctions de chaque point
- Étude de divers déséquilibres (céphalée, troubles du sommeil, constipation, etc.).

REFLEXOLOGIE socio**CONTROLE CONTINU**

Vous serez interrogé tout au long du parcours de la formation en réflexologie à l'écrit et en pratique. Des supports de cours vous seront également remis lorsque cela sera nécessaire. La lecture d'ouvrages divers est conseillée.

LES OBJECTIFS ET LE TRAVAIL PERSONNEL

- Maitriser les préconisations et contre-indications
- Maitriser les différents types de Réflexologie (plantaire ; palmaire ; faciale ; auriculaire)
- Maitriser la localisation des différentes zones réflexes par système
- Savoir accueillir et proposer une séance de réflexologie
- Savoir réaliser un bilan réflexologique

La formation en réflexologie vous demandera un travail personnel important, une rigueur dans le temps et une vraie ouverture du cœur.

Chaque nouveau cours commence par une validation des modules précédents afin de valider vos connaissances et prendre conscience de ce qui est réellement maîtrisé. Ce suivi constant permet d'être accompagné pas à pas et de vous soutenir si un concept est mal assimilé.

Enfin, un temps de séances personnel est à fournir sur des personnes de votre entourage. Vous appliquerez les connaissances théoriques et de mises en pratiques apprises pendant les cours sur des cas concrets, dans le but de vous faire élaborer des bilans réflexologiques et mettre en pratique une séance de réflexologie à l'aide de votre bilan.

Ce temps de pratique vous permettra de progresser, de grandir, de travailler votre confiance en vous et en votre pratique.

LES PREREQUIS

Vous devez au minimum être en possession d'un diplôme dans le domaine de l'esthétique, de la socio-esthétique, de la santé, du médico-social, du massage bien-être, de la réflexologie.

Cette formation est ouverte à toute personne souhaitant s'orienter ou se perfectionner dans le domaine de la réflexologie, vous obtiendrez un apport de compétences à votre CV et à votre parcours professionnel.

LES CONDITIONS D'ENTREE EN FORMATION

Entretien avec la référente pédagogique pour procéder à un bilan de positionnement en lien avec votre projet professionnel.

REFLEXOLOGIE socio
PLANNING PRESENTIEL PAR MODULE – mise en pratique

MODULE	Durée	Intitulé du module
Module 1	Jour 1	Accueil du client - Poste de travail – Identification du motif de consultation – Indications, contre-indications – Prise de connaissance et démonstration d’un bilan réflexologique et d’une séance
	Jour 2	Elaboration d’un bilan réflexologique – Posture et gestes – Localisation des zones réflexes
	Jour 3	Elaboration d’un bilan réflexologique - Démonstration et mise en application plantaire
Module 2	Jour 1	Mise en pratique réflexologie plantaire
	Jour 2	Protocole général organes – viscères – anti-stress (nerveux, endocrinien) – cardio-vasculaire
	Jour 3	
Module 3	Jour 1	Mise en pratique réflexologie plantaire
	Jour 2	Protocole urinaire, reproducteur, lymphatique
	Jour 3	Protocole relaxation musculaire
Module 4	Jour 1	Démonstration réflexologie palmaire - Mise en pratique réflexologie palmaire
	Jour 2	Protocole digestif, respiratoire
	Jour 3	
Module 5	Jour 1	Démonstration réflexologie faciale - Mise en pratique réflexologie faciale
	Jour 2	Protocole harmonisation des méridiens
	Jour 3	
Module 6	Jour 1	Aide à la personne en difficulté
	Jour 2	Démonstration réflexologie auriculaire - Mise en pratique réflexologie auriculaire – pose de graines de vaccaria – Mise en pratique des concepts des cinq éléments (méridiens, yin yang)
	Jour 3	
Module 7	Jour 1	Révisions générales de mise en pratique en réflexologie plantaire, palmaire, faciale et auriculaire
	Jour 2	
	Jour 3	
	Jour 4	

PLANNING DISTANCIEL PAR MODULE en visio – partie théorique

MODULE	Durée	Intitulé du module
Module 1	3 heures	Présentations de la formation – Présentation du formateur et des apprenants - Historique et fonctionnement de la réflexologie
Module 2	3 heures	Anatomie du corps humain (muscles, squelette) – Présentation générale des différents systèmes en lien avec la pratique réflexologique
Module 3	3 heures	Etude des systèmes (nerveux – endocrinien)
Module 4	3 heures	Etude des systèmes (urinaire – reproducteur)
Module 5	3 heures	Etude des systèmes (musculaire – lymphatique)
Module 6	3 heures	Etude des systèmes (digestif – respiratoire)
Module 7	3 heures	Concepts de base des cinq éléments (yin yang, méridiens)
Module 8	3 heures	Concepts des cinq éléments appliqués à la réflexologie
Module 9	3 heures	Révisions générales théoriques