



PROGRAMME DE FORMATION EN REFLEXOLOGIE DE SPECIALISATION

Public à former	Tout réflexologue souhaitant se spécialiser
Prérequis	Etre titulaire d'une formation en réflexologie d'au minimum 150 heures
Modalités d'accès à la formation	Contrat à signer + certificat de réflexologue à fournir Si vous êtes en situation handicap, vous pouvez être amené à avoir besoin d'un accompagnement spécifique ou d'une aide adaptée. Pour organiser le bon déroulement de votre formation, contactez Rebecca PHAM 07 84 06 49 05 – gestion.inscriptions.etre@gmail.com <i>Clôture des inscriptions 10 jours avant le démarrage du stage.</i>
Objectifs de la formation	• Maîtriser les principes fondamentaux et approfondir ses connaissances en réflexologie palmaire. • Localiser les zones réflexes sur les mains suivant une cartographie détaillée • Développer la capacité d'adapter sa pratique à différentes situations et à différents types de public • Apprendre à réaliser des séances de réflexologie palmaire personnalisées en fonction de déséquilibres. • Connaître les pathologies de la main les plus courantes
Durée de la formation	7h30 heures en présentiel Les horaires 9h-17h30 (& selon convocation par mail ultérieur) Groupe de 10 à 14 stagiaires
Tarifs 2025	495 € Si demande de prise en charge (FIFPL, FAFCEA, AGEFICE, OPCO ...) , nous contacter pour établir un devis <u>L'acceptation par l'organisme de financement est requise avant la signature du contrat.</u>

EVALUATION DE LA FORMATION

Questions/quizz pendant la pratique et questionnaire de satisfaction en fin de session.

METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES :

Exposé concrets, démonstrations, expérimentations. Méthode active et participative. Mise en situation professionnelle et application pratique. Travail en binôme qui permet de privilégier et développer la pratique.

Salle de cours : 80m2. Vidéoprojecteur pour les cours théoriques et pratiques. Fauteuils de soin pour l'apprentissage de la pratique. Supports de cours, présentation powerpoint, paperboard, documents projetés, cartographie, modèles anatomiques des pieds et mains, et tous matériels en lien et pour le bon fonctionnement de la pratique de la réflexologie.

Lieu des cours :

- **PARIS** : COOL & WORKERS - 2, rue du Dahomey - 75011 PARIS
- ou
- **LYON** : Parc SWEN 1, rue des vergers 69760 LIMONEST

PROGRAMME

❖ REFLEXOLOGIE PALMAIRE (sur 3 jours)

JOUR 1 : BASES ET DETENTE

- **Matin (Théorie) :**
 - Introduction à la réflexologie palmaire
 - Anatomie de la main : repères osseux et lignes repères
 - Descriptions et localisations des premières zones réflexes en palmaire : Système cardio respiratoire, Système urinaire, Diaphragme, plexus solaire, cervical, hypophyse et épiphyse
 - Mouvements de détente
 - Dessin des lignes repères sur les mains : exercices pratiques.
- **Après-midi (Pratique) :**
 - Application des mouvements de détente et des zones réflexes vu le matin - Pratique face à face avec appui sur table
 - Application d'un cas pratique sur la gestion du stress - Pratique en binôme dans les relax

JOUR 2 : SUITE DES ZONES REFLEXES ET APPLICATIONS SPECIFIQUES

- **Matin (Théorie) :**
 - Descriptions et localisations des zones réflexes en palmaire : système nerveux, immunitaire, endocrinien, musculo-squelettique, système digestif et génital
- **Après-midi (Pratique) :**
 - Application pratique de protocoles spécifiques pour les troubles ORL et immunitaires (sinusite chronique, fatigue oculaire, vertiges...)
 - Séance type en entreprise : gestion des TMS et TPS par la réflexologie palmaire.

JOUR 3 : PATHOLOGIES SPECIFIQUES

- **Matin (Théorie) :**
 - Pathologies spécifiques de la main (Dupuytren, canal carpien...)
 - Réflexologie palmaire en EHPAD : adaptations pour personnes âgées, traitements lourds.
- **Après-midi (Pratique) :**
 - Adaptation des techniques pour les personnes en EHPAD.
 - Réflexologies combinées mains-pieds : intérêt et techniques.
 - " Lecture " des mains (aspect ongles, mains moites, sèches ...)
 - Quizz

Tarif : 495 € (règlement en 2 ou 3 fois possible)

Formateur : Mme DURAND Alexandra et / ou Mme MANZONI Elise

Détail et inscription par mail : contact@formation-reflexologie.com