

INSTITUT DE LA BAIE



## PROGRAMME DETAILLE

FORMATIONS PROFESSIONNELLES  
CERTIFIANTES EN  
REFLEXOLOGIES (plantaire,  
palmaire et acupression)





## OBJECTIFS

1. Acquérir l'état d'esprit pour travailler en accord avec le corps médical
2. Maîtriser les techniques manuelles en réflexologies (plantaire, palmaire)
3. Apprendre à appliquer des protocoles de réflexologies.

## PUBLIC CONCERNE ;

- Cette formation s'adresse à toute personne qui souhaite œuvrer pour le bien-être, dans le respect des prescriptions médicales.
- Elle s'adresse également à tout professionnel de santé désireux de se perfectionner en réflexologie.

## PREREQUIS

- Niveau Baccalauréat.
- Sans ce niveau un entretien personnalisé est indispensable avant l'inscription.
- Si pas de connaissances médicales : 4 Journée supplémentaires en ANATOMIE seront obligatoires (32h)

## LIEU, DATES

- Réflexologie plantaire : prochaine rentrée en septembre 2024
- Réflexologie palmaire et acupression ; Prochaine rentrée en octobre 2025.



## DUREE DE FORMATION

- Réflexologie plantaire : Sur Rennes (35) et Le Gua (17) à raison d'un module par mois pendant 5 mois (150h) dont 120H de théorie et mises en pratiques + 30h de pratiques dirigées. (5 cas à suivre 3 fois)
- Réflexologie palmaire et acupression ; sur Rennes (35) et le Gua (17), à raison d'un module par mois sur 6 mois (210h) dont 150H de théorie et de mises en pratiques et 60H de pratiques dirigées

## MOYEN PEDAGOGIQUE, TECHNIQUES D'ENCADREMENT

- Le stagiaire reçoit un fascicule à chaque module
- QCM fournis à chaque module pour permettre une auto-évaluation
- Cas pratiques présenté et corrigé en cours
- De la pratique pendant chaque module de réflexologies et des cas dirigés sont demandés, intégrés dans l'examen final
- Ateliers herboristerie et aromathérapie
- Journée d'aide à l'installation
- 4 journées de révisions (1 par semestre) et 1 examen blanc
- Ainsi que 4 visioconférences individuelles de 2h/visio au cours de la formation
- Assistance pédagogique et technique par mail et par téléphone



## NATURE DES TRAVAUX ET DUREES

- QCM à chaque module
- Exercices de mise en pratique
- Cas cliniques dirigés suivis par visioconférence (5 cas en réflexologie plantaire Soit 30h et 10 cas en réflexologie palmaire et acupression, soit 60h)
- Examen final composé d'un mémoire (recueil et descriptif des cas dirigés) a présenté à l'oral (30m), d'un examen écrit sur la théorie et d'un protocole de réflexologie à appliquer (4h)

## MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION :

- Suivi de l'avancement des stagiaires et accompagnement tout au long de la formation.
- Parcours d'acquisition des connaissances et de mise en œuvre des connaissances appréciés en fin de chaque module de formation par l'équipe pédagogique.
- Une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire
- Un diplôme d'école est remis à chaque stagiaire ayant validé leurs mémoires et examen écrit (minimum attendu 12/20).

## COMPETENCES ET QUALIFICATION DES PERSONNES QUI ASSISTENT PENDANT LA FORMATION.

- La formation est assistée par Virginie PAILLES, formateur et rédacteur du contenu des fascicules (sauf ceux des prestataires spécifiques)
- Elle est également experte de l'accompagnement des stagiaires sur les visioconférences et le parcours d'apprentissage par correspondance.
- Des prestataires sont susceptibles d'intervenir également dans l'assistance des stagiaires :
- Mme Frémondier Céline, réflexologue et naturopathe rédactrice du contenu des fascicules et animatrice des modules pratiques.



## MODALITES TECHNIQUES SELON LESQUELLES LE STAGIAIRE EST ACCOMPAGNE OU ASSISTE. LES PERIODES ET LES LIEUX MIS A DISPOSITION POUR S'ENTRETENIR AVEC LES PERSONNES CHARGES DE L'ASSISTER OU LES MOYENS DONT IL DISPOSE

- Un mail et une convocation sont envoyés au démarrage de la formation
- Un encadrement à distance est à la disposition du stagiaire, qui possède les coordonnées des intervenants, tant sur le plan technique que pédagogique durant toute la durée de la formation et sans limite de sollicitation
- Le stagiaire peut demander une visioconférence personnalisée, au cours de chaque cursus en réflexologie, il doit en faire la demande au préalable par mail ou lors d'un module de formation.
- Le stagiaire bénéficie également d'un suivi de 3 heures sur chaque prise en charge dirigée, des créneaux sont mis à disposition.
- Tous les formateurs sont disponibles par mail.
- Des points de révisions des journées précédentes se font en début de chaque module, une journée de révision globale et une journée d'examen blanc sont inclus dans le parcours.

## DELAIS SELON LESQUELS LES PERSONNES SONT TENUS DE L'ASSISTER

- En cas de rendez-vous fixé en avance, l'équipe pédagogique se doit d'être à l'heure et de respecter le temps imparti à l'entretien.
- Sinon l'équipe pédagogique est tenue de répondre dans un délai de deux (2) jours ouvré à toutes sollicitation de la part du stagiaire, en vue du bon déroulement de la formation.



**TARIFS**

- Plusieurs tarifs sont proposés en fonction des formations choisies.
- Ce prix inclus toujours les fascicules fournis à chaque module, l'accompagnement illimité (visioconférences incluses) ainsi que le passage à l'évaluation finale.
- Financements possibles (OPCO, POLE EMPLOI), se renseigner

Formation choisie	Coût
Réflexologie plantaire avec anatomie (182h)	3703 €
Réflexologie plantaire sans anatomie	3073€
Réflexologie palmaire et acupression avec anatomie	4334 €
Réflexologie palmaire et acupression sans anatomie	3703€
Cursus complet réflexologie palmaire, plantaire et acupression avec anatomie (392h)	5820 €
Cursus complet réflexologie palmaire, plantaire et acupression sans anatomie	5340€

**HANDICAP :**

- Pour les personnes en situation de handicap, Virginie PAILLES, notre référente, sera l'interlocuteur privilégié afin de mettre en place les solutions et le suivi adapté à chaque situation.



## MODULE REFLEXOLOGIE PLANTAIRE : 15 JOURS

- 214 heures de formation réparties comme suit :
- 32h de formation en présentiel d'anatomie générale
- 152 heures de formation théoriques et pratiques en présentiel
- 30h de pratiques dirigées

### 1ERE JOURNEE

- Historique de la réflexologie plantaire
- Approche de la médecine traditionnelle chinoise : les 5 éléments, l'énergie, le yin et le yang
- Anatomie du pied
- Le toucher et son outil la main : intention, énergie
- Les grands principes de la réflexologie : comment ça marche, les réflexes, la stimulation
- Le protocole : déroulement d'une séance, contre-indications, réactions postérieures, les techniques de pression,
- L'entretien et la communication
- Des protocoles de relaxation – travail du diaphragme
- Des techniques respiratoires propices à la relaxation
- Le système osseux, nerveux et musculaire

### 2EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Le système cardiovasculaire

### 3EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Pratique de préparation au massage
- Le système lymphatique

### 4EME JOURNEE

- Session retour et révisions des journées précédentes (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Les systèmes sensoriel et respiratoire



### **5EME JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Le système digestif

### **6EME JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Le système urinaire

### **7eme JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Le système endocrinien

### **8EME JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Le système reproducteur

### **9EME JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Travail de réflexion sur le lien « pathologies et point réflexes » (ex quels points en cas de maux de tête)



### **10EME JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Présentation du protocole de relaxation finale
- Mise en place et fonctionnement d'une séance
- Travail sur l'anamnèse

### **11eme JOURNEE**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Présentation du moxa
- Utilisation des huiles essentielles /point reflexe

### **12eme journée**

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Technique de l'ancrage
- Stress et réflexologie
- Mise en place de l'étude d'un système en lien avec les pathologies

### **13eme ET 14eme JOURNEES**

- Révisions globales
- Examen blanc

### **15eme JOURNEE**

- Aide à l'installation (4h)
- Examen final pratique et présentation mémoire (4h)



## ANATOMIE

- Si pas de connaissances médicales :
- 4 journées supplémentaires **ANATOMIE** obligatoires (32h)

### 1E ET 2EME JOURNEES :

- La cellule
- Le rôle de la mitochondrie
- Les tissus épithéliaux
- Les glandes
- Les tissus conjonctifs

### 3EME ET 4EME JOURNEE :

- Les différents appareils :
- Le système locomoteur
- Le système nerveux
- Le système cardio-vasculaire
- Le système reproducteur



## PROGRAMME REFLEXOLOGIE PALMAIRE ET ACUPRESSION

- 276 heures de formation réparties comme suit :
- 32h de formation en présentiel d'anatomie générale
- 184 heures de formation pratiques en présentiel
- 60h de pratiques dirigées

### 1ERE JOURNEE

- Historique de L'acupression
- Approche de la médecine traditionnelle chinoise : les 5 éléments, l'énergie, le yin et le yang
- Le toucher et son outil la main : intention, énergie
- Les grands principes de l'acupression : comment ça marche, les réflexes, la stimulation
- Le protocole : déroulement d'une séance, contre-indications, réactions postérieures, les techniques de pression
- L'entretien et la communication

### 2EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Les pathologies digestives
- Le système digestif en réflexologie palmaire

### 3EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Le système digestif en acupression



#### 4EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les huiles essentielles /points reflexes

#### 5EME JOURNEE

- Session retour module précédent (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Mécanismes et physiopathologie de la douleur

#### 6EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Prise en charge de la douleur en réflexologie palmaire

#### 7EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Prise en charge de la douleur en acupression

#### 8EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les huiles essentielles/ points reflexes



## 9EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les dystonies neuro-végétatives ; définitions, physiopathologies

## 10EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Gestion des DNV avec la réflexologie palmaire

## 11EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les points en acupression pour les DNV

## 12EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les huiles essentielles/point reflexe dans les DNV

## 13EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les différents troubles respiratoires



## 14EME JOURNEE

Session retour journée précédente (difficultés, questions)  
Respiration et relaxation  
Révisions et pratiques des systèmes précédents  
Gérer les troubles respiratoires via la réflexologie palmaire

## 15EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Prise en charge des troubles respiratoires via l'acupression

## 16EME JOURNEE

- Session retour journée précédente (difficultés, questions)
- Respiration et relaxation
- Révisions et pratiques des systèmes précédents
- Les huiles essentielles/points reflexes

## 17 et 18EME JOURNEES

- Révisions globales de tous les systèmes
- Examen blanc

## 19eme JOURNEE

- Module « aide à l'installation »
- Examen final pratique et présentation du mémoire



## NOS ATOUTS

- FORMATION AVEC UN NUMERO D'ENREGISTREMENT DELIVRE PAR L'ETAT (N°: 25 50 011 00) donc possibilité de trouver une assurance professionnelle

### FORMATIONS CERTIFIANTES et QUALIOPi

- **AUCUN SURCOUT** : compris dans le prix LES COURS SUR la prise en charge des personnes fragiles (enfants, femme enceinte, allaitante, en thérapies anti cancer...)
- Pauses matin & après-midi offertes
- Kitchenette (micro-onde et frigo) et salle de restauration à votre disposition le midi
- Bibliothèque sur place, prêts de livres gratuitement
- Enseignants tous diplômés d'état et tous en activité professionnelle
- Nombreux partenaires (laboratoires, assureurs, créateur site internet...)