

Programme de formation en Présentiel

Formation de Base en Réflexologie Plantaire

Objectif général

Le stagiaire sera capable de pratiquer des séances de réflexologie plantaire de 30 à 60 minutes sur les patients en respectant les précautions et contre-indications.

Public visé et prérequis

Public visé : Tout professionnel de santé ou du bien-être (Pédicure-podologie, kinésithérapeutes, infirmiers(ères), aides-soignants, auxiliaires de puériculture, sage-femmes, esthéticiennes, etc.) souhaitant effectuer le métier de réflexologue.

- Toute personne ayant de l'intérêt dans les techniques naturelles de relaxation
- Toute personne dans une démarche de reconversion professionnelle
- Toute personne qui souhaite exercer le métier de réflexologue

Prérequis : Être majeur

Modalités et délai d'accès

Elle se fait par mail auprès de Rémi TABARD qui valide la faisabilité de la formation en fonction des prérequis.

L'inscription est prise en compte à la signature de la convention et du versement des frais d'inscription.

Il existe un délai moyen de mise en œuvre estimé entre 15 jours et 2 mois avant le démarrage de la formation dans la limite des effectifs indiqués.

Accessibilité aux PSH

Merci de nous informer sur les situations de handicap lors de votre inscription afin d'adapter les modalités pédagogiques aux objectifs de la formation. Nous sommes attentifs à l'accès à la formation pour les personnes en situation de handicap et à répondre aux besoins spécifiques.



Nous contacter 30 jours avant afin d'organiser au mieux la formation.

Satisfaction stagiaire : 100%

Nous contacter

Rémi TABARD - bbfc.contact@gmail.com - Tél : 06.42.32.07.13

Objectifs pédagogiques opérationnels de la formation

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

Connaitre et pratiquer :

- La définition de la réflexologie plantaire
- L'histoire de la réflexologie plantaire
- L'anatomie du pied
- La déontologie et l'attitude du réflexologue
- Les bienfaits et apports
- Le fonctionnement de la réflexologie plantaire par le système nerveux
- Les zones et lignes de repères du pied
- Les manipulations de base de la réflexologie plantaire
 - Les techniques de pressions
- Les 13 principaux systèmes en réflexologie plantaire
 - L'appareil respiratoire inférieur
 - L'appareil respiratoire supérieur
 - La colonne vertébrale
 - Les membres inférieurs et supérieurs
 - Le nerf sciatique
 - L'appareil du digestif haut
 - L'appareil du digestif bas
 - L'appareil urinaire
 - L'appareil endocrinien
 - L'appareil génital
 - L'appareil circulatoire
 - L'appareil sensoriel
 - DLRP© Jambes légères

Repérer :

- Les contre-indications de la réflexologie plantaire
- Les précautions de la réflexologie plantaire
- Les zones et lignes de repères du pied
- Les zones-réflexes des 13 systèmes principaux en réflexologie plantaire

Accompagner :

- Utiliser les manipulations de base de la réflexologie plantaire
- Utiliser les 13 systèmes principaux de la réflexologie plantaire
- Conduire une anamnèse avec le client pour collecter les informations essentielles à la bonne pratique de la réflexologie plantaire
- Construire un plan de séance en réflexologie plantaire
- Pratiquer une séance de réflexologie plantaire de 30 minutes à 60 minutes

Programme pédagogique détaillée de la formation par module

JOUR 1

Accueil des stagiaires

Présentation des stagiaires

Présentation du formateur

Présentation du déroulé de la formation et du contenu de celle-ci

Distribution des livrets pédagogiques

Définition de la réflexologie plantaire

L'histoire de la réflexologie plantaire

Connaitre les contre-indications et précautions de la réflexologie plantaire

Connaitre l'anatomie du pied

- Composition du pied
- Le relief du pied
- La structure osseuse du pied

Connaitre et repérer les zones et lignes de repères du pied

- La théorie de la zone-thérapie du Docteur William FITZGERALD
- Le schéma des différentes zones du pied
- Les zones de repères longitudinales
- Les zones de repères transversales

Connaitre et savoir pratiquer les manipulations de base de la réflexologie plantaire

- Le massage préparatoire
- La technique de reptation
- La technique de la pression rotatoire
- La technique du crochet ou de la virgule
- La technique du pincement ou du pompage
- Le dosage de la pression
- La main active et main d'appui

Connaitre et savoir pratiquer le système respiratoire inférieur en réflexologie plantaire

- Connaitre la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaitre les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaitre et savoir pratiquer le système respiratoire supérieur en réflexologie plantaire

- Connaitre la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaitre les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer le système de l'appareil urinaire en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer le système immunitaire en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître le fonctionnement de la réflexologie plantaire par le système nerveux

JOUR 2

Connaître et savoir pratiquer le système du plexus solaire en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer la séance découverte en réflexologie plantaire

- Connaître les cas d'utilisation possible de cette séance
- Repérer les contre-indications et précautions de cette séance
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes de cette séance

Connaître et savoir pratiquer le système de la colonne vertébrale en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer le système des membres inférieurs et supérieurs en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer le système du nerf sciatique en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaitre les bienfaits et apports de la réflexologie plantaire

Connaitre la déontologie et l'attitude du réflexologue

JOUR 3

Connaitre et savoir pratiquer le système du digestif haut en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaitre et savoir pratiquer le système du digestif bas en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaitre et savoir pratiquer une séance type de réflexologie plantaire de 60 minutes

- La durée d'une séance de réflexologie plantaire
- Les fréquences des séances de réflexologie plantaire
- Les effets secondaires possibles d'une séance de réflexologie plantaire
- Le déroulement d'une séance de réflexologie plantaire
- Le plan type d'une séance de réflexologie plantaire
- L'anamnèse en réflexologie plantaire avec une fiche clinique type

Connaitre et savoir pratiquer le système endocrinien en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaitre et savoir pratiquer le système de l'appareil génital en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaitre et savoir pratiquer le système de l'appareil circulatoire en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer le système de l'appareil sensoriel en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Connaître et savoir pratiquer le système DLRP© Jambes légères en réflexologie plantaire

- Connaître la constitution anatomique et physiologique du système
- Connaître les cas d'utilisation possible du système
- Repérer les contre-indications et précautions du système
- Savoir localiser et traiter les zones-réflexes du système

Évaluation théorique et pratique des stagiaires

- Étude de cas clients pour création de plan de séance de réflexologie plantaire
- Pratique d'une séance de 60 minutes de réflexologie plantaire

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Moyens pédagogiques :

En amont :

- 1/ Une fiche analyse du besoin est complétée avec le stagiaire afin de définir ses attentes et ses besoins en matière de formation. Il permet de vérifier les prérequis.

Pendant la formation :

- 2/ Un tour de table est effectué en début de formation pour permettre aux stagiaires de se présenter et de former les binômes.
- 3/ Le formateur se présente, explique le déroulé de la formation et distribue les supports de formation (le livre "Réflexologie plantaire, avançons pas à pas " et le livret de suivi pédagogique et de progression).
- 4/ Tout au long des ateliers pratiques, le formateur intervient, supervise, corrige, pose des questions et guide les binômes dans leur apprentissage. Le livret individuel de suivi et de progression du stagiaire permet au formateur de vérifier l'acquisition et le niveau de maîtrise du stagiaire à la fin de chaque atelier.

Il propose un accompagnement individuel dès qu'un blocage et/ou une difficulté est décelée afin d'aider le stagiaire dans sa progression :

- En cas de lacune sur le plan anatomique : le formateur expert réexplique et enrichit la partie théorique notamment sur la tablette à l'aide de l'outil d'anatomie 3D « Atlas ».
- En cas de difficulté sur la partie pratique : le formateur fait lui-même la démonstration sur les pieds du stagiaire et demande au stagiaire de faire la démonstration sur ses pieds.

En fin de formation :

Le dernier jour, les stagiaires vont mettre les enseignements reçus et leurs compétences en pratique avec :

- Étudier deux études de cas clinique
- Réaliser un plan de séance type de réflexologie plantaire avec la prise en compte des précautions et des contre-indications
- Démontrer en binôme leur niveau de compétence et mettre leurs connaissances en application.

Un Certificat de Praticien en Réflexologie Plantaire nominatif sera délivré à chaque stagiaire le dernier jour de la formation. Chaque stagiaire devra compléter l'évaluation à chaud.

Moyens techniques :

- Le livret de suivi et de progression
- Le livre pédagogique « Réflexologie plantaire, avançons pas à pas »
- Tables de massage
- Tabourets
- Outil d'anatomie 3D « Atlas »

Moyens d'encadrement :

Rémi TABARD : Formateur diplômé en médecine traditionnelle chinoise et spécialisée en Réflexologie Plantaire Thérapeutique et de Mieux-être ayant exercé en cabinet et en institutions de santé. Il intervient également à l'école préparatoire aux concours des écoles de santé de Bordeaux en tant que formateur.

Il est l'auteur de trois livres sur la réflexologie plantaire (« Réflexologie plantaire, avançons pas à pas », « Réflexologie plantaire, avançons encore plus loin » et « Réflexologie plantaire, tout savoir pas à pas »).

Les moyens et modalités de suivi et d'évaluations spécifiques aux séquences de formation en présentiel

En amont de la formation :

- Fiche analyse du besoin et vérification des prérequis
- Envoi du dossier d'inscription et réception de celui-ci par mail
- Convocation et programme pédagogique détaillé envoyés par mail au stagiaire un mois avant le démarrage de la formation.
- Règlement Intérieur - CGV - Livret d'accueil consultables sur le site internet www.betterbeingformation.com.

Pendant la formation :

- Distribution du livre pédagogique et du livret de suivi et progression
- Feuille de présence signée par demi-journée
- Livret de suivi et progression complété quotidiennement par le stagiaire
- Supervision des ateliers pratiques en binôme par le formateur
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques.
- Méthode pédagogique interactive - Exercices pratiques en binôme
- Contextualisation des situations professionnelles
- Échanges collectifs et partage sur les différentes pratiques pendant la formation

Appréciation des résultats :

- Eval à chaud complétée en fin de formation par les stagiaires
- Attestation de présence envoyée par mail au stagiaire
- Attestation de formation envoyée par mail au stagiaire
- Livret de suivi et de progression complété envoyé par mail au stagiaire
- Certificat de formation remis en main propre - Le formateur en garde une copie
- Eval à froid envoyée par mail 6 mois après la formation

Les moyens d'organisation, d'accompagnement pédagogique, mis à disposition du stagiaire

- Un nombre de stagiaires limité pour favoriser la pratique et les échanges.
- Un livre pédagogique complet avec les fiches techniques des manipulations
- Un accompagnement personnalisé durant la formation (petit groupe)
- Un organisme à taille humaine avec un formateur ayant exercé en cabinet et en institutions de santé
- Une formation innovante, efficace et originale utilisant une approche interactive, concrète s'appuyant sur des méthodes de pédagogie active

Organisation et fonctionnement de la formation

Durée totale de la formation : 24 heures réparties sur 3 jours

Horaires : De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30 pour les 3 jours

Rythme : En continue

Mode d'organisation pédagogique : apprentissage synchrone

Lieu de formation : La formation se déroule dans les locaux mis à disposition par BetterBeing Formation en métropole et départements ou régions françaises d'Outre-Mer.

Tarif : 950€ paiement en 3 mensualités possible

Diagramme de satisfaction pour cette formation sur premier trimestre 2025

