Centre de formation E.Breton

# TABLEAU SYNTHÉTIQUE DES FORMATIONS

2024.09.24

# INTRODUCTION

Le Centre de formation Elisabeth Breton propose des formations dans le domaine de :

- la prévention,
- la gestion du stress,
- la relaxation
- et la réflexologie.

Les formations sont proposées en présentiel avec travail personnel à fournir (révision, études de cas, plateforme pédagogique …)

Pour chaque formation, un programme indiquant la durée, les thèmes et les modalités d'inscription et de certification est diffusé sur **le site web du Centre** et dans le **Catalogue des formations**.

# 01. RÉFLEXOLOGUE

## FORMATION AU MÉTIER DE RÉFLEXOLOGUE [REFR]

| | | MODALITÉS<br>Critères et modalités d'inscription et d'évaluation | |
|---|---|---|---|
| **Objectifs** | **Description**<br>Contenu de la formation | **Prérequis** | **Critères d'évaluation** |
| • Elaborer un programme d'actions d'accompagnement réflexologique personnalisé<br>• Mettre en oeuvre des protocoles de relaxation et/ou de stimulation réflexes<br>• Gérer, développer et promouvoir l'activité professionnelle de réflexologue | • Notion de base en anatomie, physiologie et troubles fonctionnels dus au stress<br>• Apprentissage de Techniques réflexes de relaxation et de stimulation (plantaire, palmaire...)<br>• Techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées (contribution ostéopathique à la réflexologie) - méthode Elisabeth Breton et leurs principes actifs<br>• Zones réflexes plantaires, palmaires...<br>• Correspondances anatomique, physiologique et réflexologique | • Pour les professionnels de la santé et du bien-être, et toute personne souhaitant devenir un professionnel de la relation d'aide par la réflexologie<br>• CV et Lettre de motivation<br>• Il est préférable que l'apprenant effectue une étude de marché afin que son projet professionnel soit conforme à la réalité de ses moyens et de ses possibilités<br>• Certificat médical attestant que l'apprenant ne présente aucune contre-indication citée sur le site du Centre de formation.<br>• La formation de réflexologue selon les techniques réflexes conjonctives, périostées, et viscèro-cutanées-Méthode Elisabeth Breton n'est pas adaptée aux personnes ayant un handicap majeur (auditif, visuel, moteur et/ou mental) | • Le candidat est évalué tout au long de la formation.<br>• La fin de la formation de réflexologue est sanctionnée par un examen devant le jury validant les compétences professionnelles nécessaires à l'exercice de l'activité professionnel de réflexologue<br>• Le jury prend en compte le dossier de candidature dans lequel le postulant présente son parcours professionnel<br>• L'évaluation du postulant s'effectue également par une soutenance orale devant le jury<br>• Le jury évalue et valide les capacités et les compétences professionnelles acquises par le candidat, par rapport au Référentiel d'activités de Réflexologue |

Fiche détaillée
**https://www.reflexobreton.fr/nos-formations/refr/**

# 02. RELAXOLOGUE

## LA GESTION DU STRESS PAR LES TECHNIQUES RÉFLEXES DE RELAXATION [REL]

| | | MODALITÉS<br>Critères et modalités d'inscription et d'évaluation | |
|---|---|---|---|
| **Objectifs** | **Description**<br>Contenu de la formation | **Prérequis** | **Critères d'évaluation** |
| • Discerner et formuler les mécanismes du stress et ses effets délétères sur la santé.<br>• Identifier les troubles fonctionnels de la personne, afin de proposer et d'utiliser des outils de gestion du stress appropriés et adaptés aux besoins de la personne.<br>• Maîtriser et appliquer les protocoles de relaxation réflexe | • Gestion du stress par des techniques de relaxation plantaire, palmaire, dorsale, cranio-faciale<br>• Sensibilisation au toucher relationnel<br>• Relaxation en tant qu'un soin de confort et de support<br>• Les mécanismes du stress<br>• Le rôle du système nerveux, les circuits neuro-hormonaux, le rôle du thalamus et les circuits de récompense<br>• Les réflexes du corps et les réflexes de survie<br>• Gestion des troubles fonctionnels dus au stress<br>• Les échelles d'évaluation du stress<br>• Les outils d'accompagnement dans le cadre de la gestion du stress | • Tout public<br>• CV<br>• Lettre de motivation<br>• Certificat médical attestant que l'apprenant ne présente aucune des contre-indications énumérées sur le site du Centre de formation.<br>• La formation de relaxologue selon les techniques réflexes conjonctives, périostées, et viscèro-cutanées-Méthode Elisabeth Breton n'est pas adaptée aux personnes ayant un handicap majeur (auditif, visuel, moteur et/ou mental) | Le candidat doit mettre en place un certain nombre d'actions destinées à l'accompagnement des personnes dans le cadre de la gestion du stress, leur permettant de modifier de manière effective et durable le rapport au stress et les problématiques associées.<br><br>Le rapport du candidat sera examiné par un jury. Dans le cas où les compétences sont totalement maîtrisées, celui-ci attribuera au candidat la certification. Dans le cas contraire, le jury lui indiquera les compétences restant à acquérir pour accéder à la certification. |

Fiche détaillée
**https://www.reflexobreton.fr/formations/rel/**

# 03. SENSIBILISATION ET INITIATION À LA GESTION DU STRESS

[GS]

| | | MODALITÉS<br>Critères et modalités d'inscription et d'évaluation | |
|---|---|---|---|
| Objectifs | Description<br>Contenu de la formation | Prérequis | Critères d'évaluation |
| • Acquérir des notions élémentaires sur le stress<br>• Comprendre les mécanismes du stress et acquérir des connaissances sur son propre fonctionnement face au stress<br>• Apprendre à mieux gérer ses émotions, à mieux prendre soin de soi et améliorer ses capacités physiques et mentales, avec des outils simples et concrets | • Définition du stress, comprendre les mécanismes du stress, rôle du système nerveux et hormonal, l'axe du stress et les circuits neuro-hormonaux, rôle du thalamus, topographie corticale.<br>• Conséquences du stress, l'impact du stress sur le corps et la psyché<br>• Circuits de récompense et potentiel cognitif<br>• Outils d'auto évaluation du stress, mesure physiologique du stress, échelles du stress | • Tout public<br>• CV<br>• Lettre de motivation | • Test d'évaluation des acquis |

# 04. PERFECTIONNEMENTS

[PERF]

| | | MODALITÉS<br>Critères et modalités d'inscription et d'évaluation | |
|---|---|---|---|
| Objectifs | Description<br>Contenu de la formation | Prérequis | Critères d'évaluation |
| • Développement des connaissances et des compétences professionnelles<br>• Diversifier et perfectionner son savoir-faire | De nombreux sujets peuvent faire l'objet de journées de perfectionnement visant au développement des connaissances et des compétences professionnelles.<br><br>Exemples de modules de perfectionnement :<br>• Réflexologie crânio-faciale<br>• Techniques Réflexes du tissu conjonctif du dos<br>• La chaine des Plexus neuro-réflexes plantaires<br>• Techniques Réflexes de relaxation dorsale<br>• Acupression Auriculaire® – Méthode développée par le Dr Yves Rouxeville<br>• Réflexologie palmaire (Techniques Réflexes de relaxation et de stimulation palmaire)<br>• Techniques Réflexes et Douleurs : Mieux comprendre pour mieux soulager | • Tous les relaxologues et les réflexologues issus du Centre de formation Elisabeth Breton<br>• Les réflexologues issus des autres centres de formation sur la présentation de leur certificat de praticien en réflexologie | • Attestation de participation aux perfectionnements |

Fiche détaillée
**https://www.reflexobreton.fr/formations/perf/**

Tél. : 06 74 51 73 17
Email : contact@reflexobreton.fr
Site internet : www.reflexobreton.fr

ICPF
Certification PRO
Formateur Expert

AFNOR Le Club ADHÉRENTS
Membre 2024

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité à été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
**Action de formation**

**Centre de formation professionnelle Elisabeth Breton**
Enregistré sous le n° 11 78 80683 78 auprès de la DRTEFP Ile-de-France
(Ce numéro ne vaut pas l'agrément d'état)

DATADOCKÉ