



RELAXOLOGUE RÉFLEXOLOGUE TITRE RNCP



Programme 2019

Durée

33 jours de formation, 264 heures
(11 sessions de 3 jours par mois)

Dates

1^{ère} session : 17, 18 et 19 janvier 2019
2^{ème} session : 14, 15 et 16 février 2019
3^{ème} session : 14, 15 et 16 mars 2019
4^{ème} session : 11, 12 et 13 avril 2019
5^{ème} session : 09, 10 et 11 mai 2019
6^{ème} session : 13, 14 et 15 juin 2019
7^{ème} session : 04, 05 et 06 juillet 2019
8^{ème} session : 29, 30 et 31 août 2019
9^{ème} session : 19, 20 et 21 septembre 2019
10^{ème} session : 17, 18 et 19 octobre 2019
11^{ème} session : 14, 15 et 16 novembre 2019

Horaires

De 9h30 à 13h et de 14h à 18h30

Tarif

3135€ - Financement personnel (échancier sur 10 mois)
3960€ - Financement avec une demande de prise en charge
(TVA non applicable, article 293B du CGI).

Lieu

Espace Clairmond
9 Rue des Etats généraux
78000 Versailles

Pré-requis

L'inscription à la formation est soumise à :

- un entretien préalable (si besoin)
- lettre de motivation et CV
- certificat médical indiquant l'absence des contre-indications.

Public

Professionnels de la santé, du bien-être, de l'esthétique et toute personne souhaitant devenir un professionnel de la relation d'aide et de l'accompagnement.

Inscription

Une convention ou un contrat de formation professionnelle sera établi entre le futur stagiaire et le centre de formation. Prendre contact avec Mme Breton, au tél : 06 74 51 73 17 ou par mail : bretonlisa@wanadoo.fr.



1^{ère} session
Relaxation plantaire
17, 18 et 19/01/2019

1^{ÈRE} JOURNÉE
JEUDI 17 JANVIER 2019

- Mécanisme du stress
- Techniques de relaxation dans le cadre de la gestion du stress
- Système nerveux et récepteurs de la peau
- Exercices pratiques : Manœuvres de détente et d'assouplissement des pieds

2^{ÈME} JOURNÉE
VENDREDI 18 JANVIER 2019

- Bases d'anatomie et pathologies courantes au niveau des pieds
- Systèmes du corps et fonctionnement du métabolisme
- Indications et Contre-indications
- Exercices pratiques : Protocole soin relaxant plantaire

3^{ÈME} JOURNÉE
SAMEDI 19 JANVIER 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



2^{ème} session
Relaxation plantaire
14, 15 et 16/02/2019

4^{ÈME} JOURNÉE

JEUDI 14 FEVRIER 2019

- Sensibilisation du praticien au toucher et à la psychologie du toucher relationnel
- Topographie corticale et Homonculus de Penfield
- Schéma corporel, image de soi
- Exercices pratiques : Protocole soin relaxant plantaire

5^{ÈME} JOURNÉE

VENDREDI 15 FEVRIER 2019

- Réflexion sur le toucher et son utilisation dans le cadre du soin
- Stress et relaxation plantaire
- Mise en place et promotion de la relaxation dans l'activité professionnelle
- Exercices pratiques : Protocole soin relaxant plantaire

6^{ÈME} JOURNÉE

SAMEDI 16 FEVRIER 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



3^{ème} session
Relaxation palmaire
14, 15 et 16/03/2019

7^{EME} JOURNEE
JEUDI 14 MARS 2019

- Base d'anatomie du corps, membres supérieurs, dos
- Appareil locomoteur
- Système nerveux et récepteurs de la peau
- Exercices pratiques : Manœuvres de détente et d'assouplissement des membres supérieurs

8^{EME} JOURNEE
VENDREDI 15 MARS 2019

- Bases d'anatomie des mains
- Bienfaits de la relaxation palmaire
- Indications et contre-indications
- Exercices pratiques : Protocole soin relaxant palmaire

9^{EME} JOURNEE
SAMEDI 16 MARS 2019

- Evaluations des acquis
- Exercices pratiques
- Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



4^{ème} session
Relaxation Faciale et
Crânienne
11, 12 et 13/04/2019

10^{ÈME} JOURNÉE
JEUDI 11 AVRIL 2019

- Bases d'anatomie de la tête
- Le toucher et la peau
- Système nerveux et topographie corticale
- Techniques de relaxation faciale et crânienne
- Exercices pratiques : Manœuvres de détente de la tête

11^{ÈME} JOURNÉE
VENDREDI 12 AVRIL 2019

- Impact du stress sur la peau et la psyché
- Indications et contre-indications
- Exercices pratiques : Protocole de relaxation faciale et crânienne

12^{ÈME} JOURNÉE
SAMEDI 13 AVRIL 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



5^{ème} session
Stimulation plantaire
09, 10 et 11/05/2019

13^{ÈME} JOURNÉE

JEUDI 09 MAI 2019

- Référentiel d'activités de réflexologue
- Postulat de la réflexologie
- Système réflexe et techniques réflexes
- Cartographie des zones réflexes plantaire
- Exercices pratiques : Protocole soin relaxant plantaire

14^{ÈME} JOURNÉE

VENDREDI 10 MAI 2019

- Zones réflexes et système nerveux
- Zones réflexes et Appareil musculo-squelettique
- Zones réflexes et système lymphatique et circulatoire
- Exercices pratiques : Protocole de pré-stimulation plantaire

15^{ÈME} JOURNÉE

SAMEDI 11 MAI 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



6^{ème} session
Stimulation plantaire
13, 14 et 15/06/2019

16^{ÈME} JOURNEE
JEUDI 13 JUIN 2019

- Système réflexe et techniques réflexes de stimulation
- Cartographie des zones réflexes plantaire
- Etude des zones réflexes plantaire
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

17^{ÈME} JOURNEE
VENDREDI 14 JUIN 2019

- Zones réflexes et système digestif
- Zones réflexes et système immunitaire
- Zones réflexes et système hormonal
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

18^{ÈME} JOURNEE
SAMEDI 15 JUIN 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



7^{ème} session
Stress et troubles
fonctionnels
04, 05 et 06/07/2019

19^{ÈME} JOURNÉE
JEUDI 04 JUILLET 2019

- Stress et troubles fonctionnels (divers protocoles : *tension nerveuse, anxiété, migraine, troubles digestifs, troubles de sommeil, douleurs musculo-squelettique, ...*)
- Etude des zones réflexes plantaire
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

20^{ÈME} JOURNÉE
VENDREDI 05 JUILLET 2019

- Stress et troubles fonctionnels (divers protocoles : *tension nerveuse, anxiété, migraine, troubles digestifs, troubles de sommeil, douleurs musculo-squelettique, ...*)
- Enseignement des gestes d'auto stimulation plantaire
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

21^{ÈME} JOURNÉE
SAMEDI 06 JUILLET 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



8^{ème} session
Elaboration de
protocoles
29, 30 et 31/08/2019

22^{ÈME} JOURNEE
JEUDI 29 AOUT 2019

- Divers protocoles : *tension nerveuse, anxiété, migraine, troubles digestifs, troubles de sommeil, douleurs musculo-squelettique, ...*
- Cas d'études
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

23^{ÈME} JOURNEE
VENDREDI 30 AOUT 2019

- Elaboration de protocole en réflexologie plantaire
- Indications et contre-indications
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

24^{ÈME} JOURNEE
SAMEDI 31 AOUT 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



9^{ème} session
Stimulation palmaire
19, 20 et 21/09/2019

25^{ÈME} JOURNÉE

JEUDI 19 SEPTEMBRE 2019

- Techniques de stimulation palmaire
- Cartographie des zones réflexes palmaire
- Exercices pratiques : Manœuvres de détente et d'assouplissement des membres supérieurs

26^{ÈME} JOURNÉE

**VENDREDI 20 SEPTEMBRE
2019**

- Bases d'anatomie des mains
- Enseignements des gestes d'auto stimulation palmaire
- Mise en place et promotion de la réflexologie dans l'activité professionnelle
- Exercices pratiques : Protocole soin stimulant palmaire

27^{ÈME} JOURNÉE

SAMEDI 21 SEPTEMBRE 2019

- Evaluations des acquis
- Exercices pratiques
- Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



10^{ème} session
Stimulation Faciale et
Crânienne
17, 18 et 19/10/2019

28^{ÈME} JOURNÉE

JEUDI 17 OCTOBRE 2019

- Techniques de stimulation faciale et crânienne
- Cartographie des zones réflexes du visage
- Etude des zones réflexes du visage
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation faciale et crânienne

29^{ÈME} JOURNÉE

VENDREDI 18 OCTOBRE 2019

- Points vitaux de la tête
- Enseignement des gestes d'auto stimulation faciale et crânienne
- Mise en place et promotion de la réflexologie dans l'activité professionnelle
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation faciale et crânienne

30^{ÈME} JOURNÉE

SAMEDI 19 OCTOBRE 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



**11^{ème} session
Recherches
scientifiques
14, 15 et 16/11/2019**

31^{ÈME} JOURNEE

JEUDI 14 NOVEMBRE 2019

- Etudes empirique, scientifique et clinique
- Cas d'études
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

32^{ÈME} JOURNEE

**VENDREDI 15 NOVEMBRE
2019**

- Mise en place et promotion de la réflexologie dans l'activité professionnelle
- Cas d'études
- Exercices pratiques : Protocole de stimulation plantaire

33^{ÈME} JOURNEE

SAMEDI 16 NOVEMBRE 2019

- Evaluations des acquis
 - Exercices pratiques
 - Préparation à l'examen final (référentiel d'activités)
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.



NOTE

La fin de formation complète est sanctionnée **par un examen devant un jury** validant ainsi les compétences professionnelles nécessaires à l'exercice du métier de relaxologue et de réflexologue. Le candidat a la possibilité de se présenter à l'examen final (présentation devant le jury RNCP) au **minimum 6 mois** après la fin de la formation.

La certification de REFLEXOLOGUE se déroule dans le cadre de mise en situation professionnelle sous la supervision du jury. Evaluation du **dossier de candidature du postulant(e)** (présentation de son parcours professionnel), **soutenance orale** et présentation d'un **cas pratique**.

L'évaluation comporte la validation de 4 modules de réflexologie (plantaire, palmaire, faciale et crânienne) comprenant 5 composantes :

- Accueillir et accompagner les personnes. Préparer et sensibiliser les personnes à la relaxation et à la stimulation des zones réflexes pour des séances de réflexologie.
- Identifier, analyser et interpréter les zones de tensions et traiter des points réflexes sensibles sur les zones plantaire, palmaire, faciale et crânienne. Elaboration des protocoles spécifiques pour les personnes sensibles (*enfant, personne âgée, femme enceinte, personne malade, personne handicapée..*).
- Traitement des zones ou points réflexes sensibles pour relaxer les personnes et prévenir des troubles ponctuels ou chroniques dus au stress. Traitement spécifique selon les cas d'études.
- Animer un atelier ou une conférence sur la réflexologie et ses bienfaits. Présenter un atelier sur la gestion du stress corporel par la réflexologie. Initier les personnes à des techniques d'autostimulation réflexes plantaire, palmaire, faciale et crânienne. Savoir développer et faire évoluer l'activité de réflexologue.
- Création et gestion des moyens et des ressources de sa structure.

Le jury évalue et valide les capacités et les compétences professionnelles acquises par le candidat, par rapport au référentiel d'activités, de certification et de compétences.

Les réflexologues ayant suivi la formation peuvent poursuivre leur apprentissage en participant **aux ateliers de perfectionnement**. Ceux-ci ne sont pas obligatoires, mais très utiles au développement des connaissances et des compétences professionnelles. L'école propose tout au long de l'année des ateliers de pratique, des journées thématiques pour diversifier et perfectionner le savoir-faire et ainsi apporter un accompagnement et un meilleur suivi aux anciens stagiaires.

Elisabeth Breton est auteure de livres sur la « **Réflexologie pour la forme et le bien-être** », la « **Réflexologie, un vrai remède au stress** » et la « **Réflexologie Faciale et Crânienne** » aux Editions Vie (Morebooks, Amazon).



CONDITIONS GENERALES DE VENTE

Objet

L'organisme de formation s'engage à organiser l'action de formation intitulée dans le programme ci-joint de **Relaxologue-Réflexologue titre RNCP**.

Pré-requis

Le stagiaire est informé qu'il est nécessaire de transmettre son CV, sa lettre de motivation, ainsi que le certificat médical indiquant l'absence des contre-indications avant l'entrée en formation. Le stagiaire peut demander si besoin un entretien avec le responsable de l'école.

Organisation de l'action de formation

La formation a lieu de 9h30 à 13h et de 14h à 18h30.

La durée de la formation est de 33 jours à raison de 11 sessions de 3 jours soit un total horaire de 264 heures.

A l'issue de chaque session, une attestation de présence est délivrée au stagiaire.

- Conditions générales de la formation dispensée

Elle est organisée pour un effectif ne dépassant pas 24 stagiaires pour 2 intervenants.

- Lieux de formation

La formation se déroule au sein de l'Espace Clairmond, 9 rue des états généraux à Versailles.

Inscription & Dispositions financières

Toute inscription sera effective lorsque l'école sera en possession de tous les documents demandés.

En cas de prise en charge, l'inscription n'est effective qu'après le retour de la convention signée par l'organisme. Cette convention doit être transmise au centre de formation **au minimum 3 mois avant le début de la formation**. Au-delà de ce délai, la réservation du candidat sera annulée. En effet, le Centre de formation ne pourra s'engager à traiter dans les temps un dossier envoyé trop tardivement. Néanmoins, celui-ci pourra s'inscrire à la formation au titre d'un financement personnel.

Le prix de l'action de formation inclut :

- Frais d'inscription et supports pédagogiques
- Participation au passage de l'examen final devant le jury

- Modalités de paiement :

Le Centre de formation Elisabeth Breton donne au stagiaire le choix suivant :

- de bénéficier d'une demande de prise en charge pour laquelle **un devis** lui sera transmis afin d'entreprendre la démarche auprès de son organisme de prise en charge .
- ou de **financer à titre personnel** la formation. Dans le cas d'un financement personnel, un contrat et un échéancier lui seront proposés. Le prix de l'action de Formation de Relaxologue-Réflexologue Titre RNCP est fixé à **3135€, 264 heures réparties en 33 journées de formation** (théorie et pratique). Les modalités de paiement de la somme incombant au stagiaire sont les suivantes :

Après un délai de rétractation mentionné dans le contrat, le stagiaire effectue un premier versement – un acompte (chèque de réservation, à l'ordre d'Elisabeth Breton) d'un montant de **120€ (Cent vingt euros)**. *Cette somme ne peut être supérieure à 30% du montant total de la formation*. Un reçu de règlement sera délivré.

Le solde de 3000€ (trois mille euros) sera à régler à la charge du stagiaire, selon un échéancier établi (**annexe du contrat**). *Possibilité de régler en 10 fois.*

- Délai de rétractation

Toute annulation **30 jours avant** la formation donnera lieu à un remboursement intégral de l'acompte.

Toute annulation survenant **moins de 30 jours** avant la formation ne donnera lieu à aucun remboursement de l'acompte.

A compter de la date de signature du présent contrat, le stagiaire a un **délai de 10 jours** pour se rétracter. Il en informe l'organisme de formation par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire.

Interruption du stage

En cas de cessation anticipée de la formation du fait de l'organisme de formation ou l'abandon du stage par le stagiaire pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le présent contrat est résilié selon les modalités financières suivantes : le règlement des prestations sera dû.

Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue et sur justificatif, le contrat de formation professionnelle est résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat (seules les heures de présences effectuées ou le forfait journalier seront dus).

Absence à une session ou un module

Toute absence à une session devra être signalée par mail ou courrier accompagné d'un justificatif. Il sera donc proposé au stagiaire de rattraper cette session lors d'une prochaine formation.

Cas de différend

Si une contestation ou un différend n'ont pu être réglés à l'amiable, **le tribunal de Grande Instance de Versailles** sera seul compétent pour régler le litige.