



RELAXOLOGUE

Gestion du stress par les Techniques Réflexes de relaxation Plantaire, palmaire, dorsale, et crânio-faciale

Formation en présentiel. Groupe de 4 à 8 personnes.

Durée

9 jours, 72 heures, en présentiel.

Dates

- 27, 28 et 29 juin 2022 (module relaxation plantaire)
- 11 et 12 juin 2022 (module relaxation palmaire)
- 19 et 20 septembre 2022 (module relaxation faciale et crânienne)
- 21 et 22 novembre 2022 (module relaxation dorsale)

Horaires

De 9h à 13h et de 14h à 18h.

Tarif

- 1530€ - avec une prise en charge (devis)
- 1350€ - Financement personnel
(Possibilité de régler en plusieurs fois)
(TVA non applicable, article 293B du CGI).

Intervenants

Elisabeth Breton, Formatrice Relaxologue-Réflexologue RNCP
Dr Joakim Valéro, médecin urgentiste, spécialiste en gestion du stress

Lieu de la formation

INTER CENTRE D'AFFAIRES
35 rue des Chantiers
78000 VERSAILLES

Pré-requis

- lettre de motivation
- CV

Public

Professionnels de santé, du bien-être, et de l'esthétique. Perfectionnement pour les réflexologues.

Inscription

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

Adresse de correspondance

Elisabeth Breton
5 rue Eugénie Grandet
78280 Guyancourt

Version 22/01/2022



Certification :

A l'issue de la formation, il sera délivré aux apprenants une attestation et un certificat de fin de formation de Relaxologue - spécialisé dans la gestion du stress par les techniques réflexe de relaxation.

Ce certificat n'est pas référencé à ce jour au Répertoire National de la Certification Professionnelle.

Nos engagements pour l'accueil des apprenants en situation de handicap :

Le Centre Elisabeth Breton s'engage à prendre toutes les mesures nécessaires à l'accueil des apprenants en situation de handicap dans ses formations. Afin de déterminer ensemble les besoins spécifiques d'adaptation sur le plan pédagogique, matériel ou organisationnel, permettant de garantir le bon déroulement du parcours pédagogique, contactez notre référente handicap : Mme Elisabeth Breton, au tél : 06 74 51 73 17.

Médiation :

Conformément aux articles L.616-1 et R.616-1 du code de la consommation, nous proposons un dispositif de médiation de la consommation. L'entité de médiation retenue est : CNPM-MEDIATION DE LA CONSOMMATION.

En cas de litige, vous pouvez déposer votre réclamation sur son site : <https://cnpm-mediation-consommation.eu>

ou par voie postale en écrivant à CNPM - MEDIATION - CONSOMMATION - 27 avenue de la libération - 42400 Saint-Chamond ».



Module Relaxation réflexe plantaire 3 jours, 24 heures

1^{ERE} JOURNEE 27 juin 2022

- Base anatomie et physiologie du corps (structure plantaire)
- Les mécanismes du stress
- L'axe du stress et les circuits neuro-hormonaux
- Sensibilisation du praticien au toucher réflexe
- Techniques de relaxation réflexe plantaire
- Exercices pratiques

2^{EME} JOURNEE 28 juin 2022

- L'impact du stress sur le corps et le système psyché
- Système nerveux central et système neuro-végétatif
- Stress et Troubles fonctionnels
- Les échelles d'évaluation du stress
- Protocoles de relaxation réflexe plantaire
- Exercices pratiques

3^{EME} JOURNEE 29 juin 2022

- Protocoles de relaxation réflexe plantaire (*tension nerveuse, anxiété, burn-out..*)
- Prise en charge de sujets sensibles : *enfant, femme enceinte, personne âgée, personne malade, ...*
- Indications et Contre-indications
- Exercices pratiques
- **Evaluation des acquis**

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, utilisation de logiciels, vidéo projection.



Module
Relaxation réflexe
palmaire
2 jours, 16 heures

4^{ÈRE} JOURNÉE
11 juillet 2022

- Base anatomie et physiologie du corps (membres supérieurs, mains)
- Système nerveux central et l'appareil locomoteur
- Gestion du stress par la relaxation réflexe palmaire
- Techniques de relaxation réflexe palmaire
- Exercices pratiques

5^{ÈME} JOURNÉE
12 juillet 2022

- Stress et tension musculo-squelettique
- Prise en charge de sujets sensibles : *enfant, femme enceinte, personne âgée, personne malade, ...*
- Indications et Contre-indications
- Techniques de relaxation réflexe palmaire
- Exercices pratiques
- **Evaluation des acquis**

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, utilisation de logiciels, vidéo projection.



Module
Relaxation réflexe
Faciale et crânienne
2 jours, 16 heures

6^{ÈRE} JOURNÉE
19 septembre 2022

- Base anatomie et physiologie du corps (tête)
- Gestion du stress par la relaxation réflexe crânio-faciale
- Topographie corticale et Homonculus de Penfield
- L'axe du stress et les circuits neuro-hormonaux
- Techniques de relaxation réflexe faciale et crânienne
- Exercices pratiques

7^{ÈME} JOURNÉE
20 septembre 2022

- L'impact du stress sur les correspondances musculo-squelettiques (os, sutures, articulations, fascias...)
- Points antistress de la tête
- Protocole de relaxation réflexe faciale et crânienne
- Indications et contre-indications
- Exercices pratiques
- **Evaluation des acquis**

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, utilisation de logiciels, vidéo projection.



Module
Relaxation réflexe
Dorsale
2 jours, 16 heures

8^{ÈME} JOURNÉE
21 novembre 2022

- Base anatomie du corps (appareil locomoteur, muscles du dos...)
- Stress et tensions musculo-squelettiques
- Protocole de relaxation réflexe dorsale
- Exercices pratiques

9^{ÈME} JOURNÉE
22 novembre 2022

- Impact du stress sur le tissu conjonctif
 - Protocole de relaxation réflexe dorsale
 - Exercices pratiques
 - **Evaluation des acquis**
-

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, utilisation de logiciels, vidéo projection.



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-Gestion du stress par les techniques réflexes de relaxation** ».

Pré-requis

CV et lettre de motivation. Le candidat peut demander si besoin un entretien avec le responsable de l'école.

Organisation de l'action de formation

- La formation a lieu de 9h à 13h et de 14h à 18h.
- La durée de la formation est de 9 jours, 72heures (en présentiel, théorique et pratique)
- A l'issue de chaque module, une attestation de présence est délivrée à l'apprenant.

Conditions générales de la formation dispensée

Elle est organisée pour un groupe de 4 à 10 personnes.

Lieux de formation

La formation se déroule dans les locaux d'Inter Centre d'Affaire, 35 rue des Chantiers, 78000 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 2 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 la certification devant le jury

Modalités de paiement :

Le candidat (apprenant) a 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. Tarif de la formation avec une prise en charge est de 1530€.
- 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 la formation (financement personnel) est fixé à 1350€.

Les modalités de paiement de la somme incombant à l'apprenant sont les suivantes :

Après un délai de rétractation mentionné dans le contrat, le candidat (apprenant) effectue un premier versement – un acompte (chèque de réservation, à l'ordre d'Elisabeth Breton) d'un montant de 350€ (trois cent cinquante euros).

Cette somme ne peut être supérieure à 30% du montant total de la formation. Un reçu de règlement sera délivré.

Le solde de 1000€ (mille euros) sera à régler à la charge de l'apprenant, selon un échéancier établi (annexe du contrat).

Possibilité de régler en plusieurs 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 candidat (apprenant) 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 candidat.

Interruption de la formation

Toute formation commencée est due à l'exception d'un cas de force majeure dûment reconnue. Le Centre de formation Elisabeth Breton conservera dans ce cas-là 50% du solde restant, à titre de dédommagement.

Si l'apprenant est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue et sur justificatif, le contrat de formation 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 un des modules devra être signalée par mail ou courrier accompagné d'un justificatif. Il sera donc proposé à l'apprenant de rattraper ce module lors d'une prochaine formation.

Médiation

Conformément aux articles L.616-1 et R.616-1 du code de la consommation, nous proposons un dispositif de médiation de la consommation. L'entité de médiation retenue est : CNPM-MEDIATION DE LA CONSOMMATION. En cas de litige, vous pouvez déposer votre réclamation sur son site : <https://cnpm-médiation-consommation.eu> ou par voie postale en écrivant à CNPM - MEDIATION - CONSOMMATION - 27 avenue de la libération - 42400 Saint-Chamond ».

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.



Bulletin d'inscription à la formation de

RELAXOLOGUE - GESTION DU STRESS PAR LES TECHNIQUES REFLEXES DE RELAXATION

Retournez ce bulletin à :

Elisabeth Breton
5 rue Eugénie Grandet
78280 Guyancourt

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Tel : _____ Portable : _____

Email : _____

Profession : _____

Je m'inscris à la formation de
« Relaxologue-Gestion du stress par les techniques réflexes de relaxation »

Du 27/06/2022 au 22/11/2022

9 jours, 72 heures
De 9h00 à 13h et de 14h à 18h

Lieu : INTER CENTRE D'AFFAIRE, 35 rue des Chantiers, 78000 Versailles.

Cochez le mode de financement :

➤ **1530€ - Demande de devis pour une prise en charge :** OUI NON

➤ **1350€ - Financement personnel :**

Je verse un chèque de réservation de 350€ (chèque à l'ordre d'Elisabeth Breton).

Le solde de 1000€ sera à régler lors de la formation.
Possibilité de régler en plusieurs fois, cochez la formule choisie :

deux versements quatre versements cinq versements

Dès la réception de votre bulletin d'inscription, avec le chèque de réservation, vous recevrez la confirmation de votre inscription.

Date

Signature
(Précédée de la mention « lu et approuvé »)