



Semaine mondiale de la **RÉFLEXOLOGIE** **2025**

Du 22 au 28 septembre 2025



Réflexologie plantaire



Réflexologie palmaire



Réflexologie
crânio-faciale



Réflexologie dorsale



Accupression
auriculaire®



Centre de formation
Elisabeth Breton

Prévention • Gestion du stress
Relaxologue • Réflexologue RNCP

DÉFINITION

La réflexologie est une pratique qui repose sur le principe que chaque organe et fonction de notre corps est reflété sur des zones spécifiques des pieds, des mains, du visage et des oreilles. Utilisée depuis des siècles pour apaiser le stress, soulager la douleur et rétablir l'équilibre du corps, cette méthode a évolué pour devenir une **technique moderne incontournable**.

LES BIENFAITS DE LA RÉFLEXOLOGIE

La réflexologie est une méthode douce mais puissante.

Réguler les systèmes nerveux et hormonal

La Réflexologie restaure l'harmonie du corps, favorisant une meilleure santé globale.

Détoxifier le corps

La Réflexologie aide à éliminer les toxines, notamment les cristaux d'acide urique et autres impuretés.

Améliorer la circulation sanguine et lymphatique

En stimulant la circulation, la Réflexologie dynamise le métabolisme et redonne de l'énergie.

Maintenir un métabolisme équilibré et un bien-être durable

La Réflexologie optimise les fonctions corporelles pour vous aider à rester en pleine forme.

Prévenir et soulager des troubles fonctionnels

Douleurs chroniques, troubles digestifs, du sommeil, anxiété, la Réflexologie offre un soulagement efficace.

Réduire le stress et la tension

La Réflexologie aide à calmer le corps et l'esprit, source de nombreux troubles physiques et émotionnels.

CADRE LÉGAL ET PROFESSIONNALISATION

La Réflexologie doit être perçue comme une alliée de la médecine conventionnelle, mais **en aucun cas comme un substitut**. Il s'agit d'une technique de bien-être par la relaxation physique et à la détente libératrice de stress. Ainsi le réflexologue ne peut pas établir de diagnostic, ne peut pas instaurer ou modifier de traitement et participer à une décision thérapeutique.

En France, la Réflexologie n'est pas réglementée et, accessible sans diplôme particulier, son exercice demeure libre. Ces dernières années néanmoins, **la pratique se professionnalise**.



2015

Délivrance du 1^{er} titre Réflexologue RNCP (Centre de formation E. Breton)



2016

Création de l'ARRNCP Association des Réflexologues RNCP



2020

L'ONISEP diffuse la Fiche métier du Réflexologue



2023

Mise au point d'un Référentiel métier au sein d'une Collégiale



2025

Publication de la Norme AFNOR Prestation de services du Réflexologue

