



RÉFLEXOLOGUE

Techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées
(Contribution ostéopathique à la réflexologie) - Méthode Elisabeth Breton

32 jours (10 sessions), 256 heures (théorie et pratique, en présentiel)

Dates 2027/2028

- 1^{ère} session : 16, 17, 18, et 19 septembre 2027
- 2^{ème} session : 08, 09 et 10 octobre 2027
- 3^{ème} session : 19, 20 et 21 novembre 2027
- 4^{ème} session : 09, 10, 11 et 12 décembre 2027
- 5^{ème} session : 14, 15, et 16 janvier 2028
- 6^{ème} session : 11, 12 et 13 février 2028
- 7^{ème} session : 10, 11 et 12 mars 2028
- 8^{ème} session : 7, 8 et 9 avril 2028
- 9^{ème} session : 19, 20 et 21 mai 2028
- 10^{ème} session : 09, 10 et 11 juin 2028

Horaires

De 09h à 13h et de 14h à 18h

Tarif*

- 3200€ (possibilité de régler en plusieurs fois)
(TVA non applicable, article 293B du CGI)

**Le tarif comprend les frais d'inscription, les supports pédagogiques, le poster réflexologie, le petit livre sur la réflexologie et le passage devant le jury de certification.*

Non inclus : les frais d'hébergement, de restauration et les frais de transport.

Intervenante

Elisabeth Breton

Formatrice Certifiée Pro Expert, Relaxologue, Réflexologue RNCP (niveau 6)

Lieu de la formation

Le Centre d'Animation et de Congrès de Bagnoles de l'Orne

Salle Arthur

12, avenue des Thermes

61140 Bagnoles de l'Orne

<https://www.normandie-tourisme.fr/tourisme-daffaires/centre-de-congres/>

Pré-requis

- Lettre de motivation et CV
- Certificat médical indiquant l'absence de contre-indications (voir la liste sur le site).

Public

Relaxologue, professionnels de la santé et/ou du bien-être.

Perfectionnement pour les réflexologues et les praticiens en réflexologie (venant des autres écoles).

Note : La formation de réflexologue selon les techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées, n'est pas adaptée aux personnes ayant un handicap majeur (auditif, visuel, moteur et/ou mental).

Inscription

Une convention ou un contrat de formation professionnelle sera établi entre le futur apprenant et le centre de formation Elisabeth Breton.

Adresse de correspondance (siège social)

Elisabeth Breton
22 rue Saint Honoré
78000 Versailles



OBJECTIFS de la formation : Acquérir les trois compétences du Référentiel métier

1. Elaborer un programme d'actions d'accompagnement réflexologique personnalisé. Appliquer et maîtriser les techniques réflexes de relaxation.
2. Concevoir et appliquer un protocole de stimulation réflexe dans le cadre de la gestion du stress et troubles associés. Maîtriser les techniques réflexes de stimulation.
3. Gérer, développer et promouvoir l'activité professionnelle de Réflexologue.

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 : Médiation Consommation Développement/MED CONSO DEV.

En cas de litige, vous pouvez déposer votre réclamation sur leur site : <https://www.medconsodev.eu> ou par voie postale en écrivant à : Médiation Consommation Développement/MED CONSO DEV, Centre d'Affaires Stéphanois SAS, Immeuble l'Horizon – Esplanade de France, 3 rue J. Constant Milleret, 42000 Saint Etienne.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, utilisation de logiciels, vidéo projection, livres, posters, plateforme pédagogiques de l'école.

Elisabeth Breton est auteure de livres sur la « Réflexologie pour la forme et le bien-être », « Réflexologie, un vrai remède au stress », « Réflexologie Faciale et Crânienne », « Le stress, ça vous parle ? Comprendre son histoire et ses mécanismes » aux Éditions Vie et « Réflexologie et Troubles fonctionnels » Edition DUNOD.



PROGRAMME

SESSION 1 – RELAXATION RÉFLEXE PLANTAIRE (4 jours, 32 heures)

Jour 1–16 septembre 2027

- Test de positionnement
- Référentiel métier de réflexologue
- Mécanisme du stress
- Sensibilisation à l'anatomie plantaire (les os et les muscles du pied)
- Techniques de relaxation réflexe plantaire
- Exercices pratiques

Jour 2–17 septembre 2027

- Système nerveux central et système neuro-végétatif
- L'axe du stress et les circuits neuro-hormonaux
- Protocoles de relaxation réflexe plantaire
- Exercices pratiques

Jour 3–18 septembre 2027

- Le toucher réflexe et la peau
- Stress et Troubles fonctionnels
- Les échelles d'évaluation du stress
- Exercices pratiques

Jour 4–19 septembre 2027

- Indications et Contre-indications
- Protocole de relaxation réflexe plantaire
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis

SESSION 2 – RELAXATION RÉFLEXE PALMAIRE (3 jours, 24 heures)

Jour 5–08 octobre 2027

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

Jour 6–09 octobre 2027

- Stress et tension musculosquelettique
- Prise en charge de sujets sensibles: enfant, femme enceinte, personne âgée, personne malade, ...
- Indications et Contre-indications
- Techniques réflexes de relaxation palmaire
- Exercices pratiques

Jour 7–10 octobre 2027

- Protocole de relaxation réflexe palmaire
- Exercices pratiques
- Évaluation des acquis

SESSION 3 – RELAXATION RÉFLEXE FACIALE (3 jours, 24 heures)

Jour 8 -19 novembre 2027

- Test de positionnement
- Base anatomie et physiologie du corps (tête)
- Circuits de vigilance et de récompense
- Techniques réflexes de relaxation faciale et crânienne
- Exercices pratiques

Jour 9- 20 novembre 2027

- Topographie corticale et Homonculus de Penfield
- L'impact du stress sur les correspondances musculosquelettiques (os, sutures, articulations, fascias...)
- Protocole de relaxation réflexe faciale et crânienne
- Indications et Contre-indications
- Exercices pratiques



Jour 10-21 novembre 2027

- Points antistress de la tête
- Exercices pratiques
- Évaluation des acquis

EVALUATION DE LA 1ERE COMPÉTENCE

Elaborer un programme d'accompagnement réflexologique personnalisé.
Appliquer et maîtriser les techniques réflexes de relaxation.

SESSION 4 – STIMULATION RÉFLEXE PLANTAIRE (4 jours, 32 heures)

Jour 11- 09 décembre 2027

- Test de positionnement
- Présentation du référentiel métier de réflexologue
- Révision des techniques réflexes de relaxation plantaire
- Exercices pratiques

Jour 12 –10 décembre 2027

- Référentiel métier de réflexologue
- Présentation des Techniques réflexes de stimulation plantaire
- Cartographie des zones réflexes plantaire
- Technique Réflexe périostée et son principe actif
- Exercices pratiques

Jour13– 11 décembre 2027

- Les zones réflexes de la colonne vertébrale
- Projection et repérage des zones réflexes de la colonne vertébrale
- Techniques réflexes périostées et bord médial du pied
- Exercices pratiques

Jour 14 – 12 décembre 2027

- Les zones réflexes des membres supérieurs et inférieurs
- Projection et repérage des zones réflexes membres supérieurs et inférieurs sur le pied
- Techniques réflexes périostées et bord latérale du pied
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis

SESSION 5 – STIMULATION RÉFLEXE PLANTAIRE (3 jours, 24 heures)

Jour 15–14 janvier 2028

- Test de positionnement
- Cartographie des zones réflexes plantaire
- Etude des zones réflexes plantaires
- Technique Réflexe conjonctive et son principe
- Exercices pratiques

Jour 16–15 janvier 2028

- Technique Réflexe viscéro-cutanée et son principe actif
- Protocole : tension nerveuse, surmenage
- Projection et repérage des zones réflexes de la voûte plantaire
- Exercices pratiques

Jour 17–16 janvier 2028

- Stress et troubles fonctionnels
- Protocole : risque d'exposition au burnout, échelle BMS
- Protocole : anxiété, échelle STAI
- Indications et Contre-indications
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis

SESSION 6– STIMULATION RÉFLEXE PLANTAIRE (3 jours, 24 heures)

Jour 18–11 février 2028

- Test de positionnement
- Etude des zones réflexes plantaires
- Stress et troubles fonctionnels
- Techniques Réflexes de stimulation plantaire



- Exercices pratiques

Jour 19–12 février 2028

- Technique Réflexe viscéro-cutanée et son principe actif
- Protocole : fatigue
- Projection et repérage des zones réflexes de la voute plantaire
- Exercices pratiques

Jour 20–13 février 2028

- Protocole : perturbation de la qualité du sommeil
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis

SESSION 7 – STIMULATION RÉFLEXE PLANTAIRE (3 jours, 24 heures)

Jour 21–10 mars 2028

- Test de positionnement
- Stress et douleur
- Protocole : tension musculaire du dos due au stress
- Exercices pratiques

Jour 22–11 mars 2028

- Stress et troubles fonctionnels
- Protocole : douleur pelvipérinéale
- Exercice pratique

Jour 23–12 mars 2028

- Protocole : maux de tête dus au stress
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis

SESSION 8 – STIMULATION RÉFLEXE PLANTAIRE (3 jours, 24 heures)

Jour 24 –07 avril 2028

- Test de positionnement
- Stress et troubles fonctionnels
- Etude sur les troubles fonctionnels intestinaux
- Exercices pratiques

Jour 25–08 avril 2028

- Protocole : inconfort intestinal
- Exercice pratique

Jour 26– 09 avril 2028

- Protocoles spécifiques (pour des personnes fragiles et/ou fragilisées)
- Enseignement des gestes d'autostimulation réflexe plantaire
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis

SESSION 9 – STIMULATION RÉFLEXE PALMAIRE (3 jours, 24 heures)

Jour 27–19 mai 2028

- Test de positionnement
- Cartographie des zones réflexes palmaires
- Repérage des zones réflexes palmaires
- Techniques de relaxation et de stimulation réflexe palmaire
- Exercices pratiques

Jour 28–20 mai 2028

- Etudes des zones réflexes palmaires
- Techniques réflexes de stimulation palmaire
- Protocole : tension nerveuse
- Exercices pratiques

Jour 29–21 mai 2028

- Enseignements des gestes d'autostimulation réflexe palmaire
- Indications et Contre-indications
- Exercices pratiques
- Evaluation des acquis



EVALUATION DE LA 2EME COMPÉTENCE

Concevoir et appliquer un protocole de stimulation réflexes dans le cadre de la gestion du stress et troubles associés.

Maîtriser les techniques réflexes de stimulation.

SESSION 10 – PROJET PROFESSIONNEL (3 jours, 24 heures)

Jour 30–09 juin 2028

- Installation et création de son entreprise/activité
- Statut juridique et régime fiscal
- Présentation du projet professionnel-plan d'actions du candidat (30 minutes x par candidat)

Jour 31–10 juin 2028

- Développer une stratégie de communication, définir sa prestation de service et savoir la mettre en valeur
- Assurer le développement et la pérennité de son entreprise/activité
- Savoir présenter son activité professionnelle (vocabulaire adaptée, posture éthique, tenue professionnelle...)
- Présentation du projet professionnel-plan d'actions du candidat (30 minutes x par candidat)

Jour 32–11 juin 2028

- Plan d'actions pour développer des partenariats et des collaborations constructives pour le développement de son activité professionnelle
- Mise en place d'une veille légale et réglementaire et son exploitation. Mise en place d'une démarche d'amélioration continue.
- Présentation du projet professionnel-plan d'actions du candidat (30 minutes x par candidat)

EVALUATION DE LA 3EME COMPÉTENCE

Développer et promouvoir l'activité professionnelle de réflexologue.

Modalités d'évaluation

- L'évaluation se déroule tout au long de la formation (test de positionnement et test d'évaluation des acquis par session).
- Délivrance des attestations par session.
- Validation des trois compétences du référentiel métier.
- Délivrance des attestations par compétence.
- Délivrance de l'Attestation de Réflexologue.

Les trois compétences

- 1. Elaborer un programme d'actions d'accompagnement réflexologique personnalisé**
Définition de l'objectif, du cadre de l'accompagnement réflexologique et élaboration d'un programme d'actions d'accompagnement réflexologique personnalisé.
- 2. Mettre en œuvre des protocoles de relaxation et/ou de stimulation réflexes.**
Mise en œuvre des protocoles de stimulation (plantair, palmaire,...) basés sur les techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées. Conception et application des protocoles de stimulation réflexe avec les techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées.
- 3. Gérer, développer et promouvoir l'activité professionnelle de réflexologue.**
Gestion et développement de l'activité professionnelle de réflexologue. Installation et implication pour promouvoir et faire évoluer son activité professionnelle de réflexologue.

Note :

A l'issue de la formation, l'apprenant peut soumettre sa candidature pour la certification devant le jury. Le jury prend en compte le dossier de candidature (décrivant le parcours professionnel du candidat). Le jury évalue les capacités et les compétences professionnelles acquises par le candidat et valide sa Certification de Réflexologue. (Ce certificat n'est pas référencé à ce jour au RNCP).



CONDITIONS GENERALES DE VENTE

Objet

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

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 durée de la formation est de 32 jours, 256 heures (en présentiel, théorique et pratique)

- La formation a lieu de 09h à 13h et de 14h à 18h.

- A l'issue de chaque module, une attestation de présence est délivrée à l'apprenant.

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

Lieux de formation

La formation se déroule au Centre d'Animation et de Congrès de Bagnoles de l'Orne (Salle Arthur), 12, avenue des Thermes 61140 Bagnoles de l'Orne.

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

- Livre sur la réflexologie

- 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 **3200€**.
- 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 **3200€**.

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 200€ (deux cent 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 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 : Médiation Consommation Développement/MED CONSO DEV.

En cas de litige, vous pouvez déposer votre réclamation sur leur site : <https://www.medconsodev.eu> ou par voie postale en écrivant à : Médiation Consommation Développement/MED CONSO DEV, Centre d'Affaires Stéphanois SAS, Immeuble l'Horizon – Esplanade de France, 3 rue J. Constant Milleret, 42000 Saint Etienne.

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

RÉFLEXOLOGUE

*Techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées
(Contribution ostéopathique à la réflexologie) - Méthode Elisabeth Breton*

Retournez ce bulletin à l'adresse ci-dessous ou par mail bretonlisa@orange.fr :

Elisabeth Breton
(siège social)
22 rue Saint Honoré
78000 Versailles

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Tel : _____ Portable : _____

Email : _____

Profession : _____

Je m'inscris à la formation de « RÉFLEXOLOGUE »

*Techniques réflexes conjonctives, périostées et viscéro-cutanées
(Contribution ostéopathique à la réflexologie) - Méthode Elisabeth Breton*

Du 16/09/2027 au 11/06/2028

(10 sessions)

32 jours, 256 heures

De 09h à 13h et de 14h à 18h

Lieu de la formation : Centre d'Animation et de Congrès de Bagnoles de l'Orne (Salle Arthur)
12, avenue des Thermes, 61140 Bagnoles de l'Orne.

Cochez le mode de financement :

➤ **3200€ - Demande de devis pour une prise en charge :** ☐ OUI ☐ NON

➤ **3200€ - Financement personnel :**

☐ Je verse un acompte de 200€ (chèque à l'ordre d'Elisabeth Breton).

ou

☐ Par virement IBAN FR76 1767 9004 3300 8413 7227 807.

Le solde de 3000€ sera à régler lors de la formation.

Possibilité de régler en plusieurs fois, cochez la formule choisie :

☐ trois versements

☐ six versements

☐ dix versements

Dès la réception de votre bulletin d'inscription, avec l'acompte versé, vous recevrez la confirmation de votre inscription.

Date

Signature

(Précédée de la mention « lu et approuvé »)