

# « Réflexologie Plantaire Bien-Être » module 1

## Conditions :

- Sans prérequis
- Tout public
- Mixité
- Parler, lire et écrire le français
- Personnes en Situation de Handicap (nous consulter)
- Formation limitée à 14 élèves (mise à disposition d'un binôme par le Centre de Formation si nombre d'élèves impair)
- Inscription obligatoire pour le module 2 aux dates prévues/ Inscription validée après réception du dossier complet et du chèque d'arrhes

## Durée/ Horaires :

- 2 jours (14 heures)
- 9h/ 12 h – 13h/17h (15 minutes de pause l'après-midi)

## Prix :

- 220 euros net de taxe
- Facilités de paiement (nous consulter)
- En cas de prise en charge par Organisme (nous consulter)

## Lieu :

- Firminy (Loire – 42700)
- Parking gratuit à proximité
- Possibilité de réchauffer et de prendre ses repas sur place
- Boulangeries et snacks à proximité
- Hébergement (nous consulter)

## Inscription :

- Inscription obligatoire pour les 2 modules avec chèque d'arrhes via le site internet rubrique « contactez-nous », par mail « tanahschoolmassage@gmail.com » ou par téléphone au 07 66 07 88 86

## Délai d'accès à la formation :

- Moins de 6 mois

## Objectif :

- Enseignement de la théorie de la réflexologie plantaire et préparation au module 2 par l'apprentissage du mouvement de la reptation sur la zone réflexe musculosquelettique
- Préparer l'élève au module 2

### Moyens :

- 1<sup>er</sup> support de cours fourni et gratuit sous forme de book détaillé avec photos, images, texte
- Prises de notes complémentaires par l'étudiant(e) conseillées

### Programme :

- Jour 1 matin : accueil des élèves/ présentation de l'Ecole et de la formatrice/ présentation individuelle de chaque élève/ présentation de la formation et son déroulement/ définition de la réflexologie/ historique/ mécanismes d'action/ description et situation générale des zones réflexes
- Jour 1 après-midi : les 4 lignes transversales/ vocabulaire et anatomie du pied/ pathologies du pied/ déroulé d'une séance/ bienfaits/ contre-indications/ apprentissage de la technique de la zone réflexe diaphragme, colonne vertébrale, nerf sciatique/ anatomie, physiologie, principales pathologies, indications
- Jour 2 matin : suite de l'apprentissage de la zone réflexe membre supérieur, omoplate/ anatomie, physiologie, principales pathologies, indications
- Jour 2 après-midi : suite de l'apprentissage de la zone réflexe membre inférieur/ anatomie, physiologie, principales pathologies, indications/ révision de toute la zone réflexe musculosquelettique/ bilan du 1<sup>er</sup> module/ Questions

### Méthodes de travail :

- **Travail en binômes permanent** pendant toute la durée du stage avec **changement de binômes régulièrement** - Mise en place de 2 groupes qui alternent la pratique et la réception du soin. Durant toute la formation, chaque manœuvre du soin est effectuée et montrée par la formatrice sur une personne volontaire et ce, par petites séquences. Tous les élèves regardent, peuvent poser des questions et un premier groupe constitué de la moitié des participants reproduit les manœuvres enseignées sur le deuxième groupe qui reçoit ensuite le soin. Ensuite, la formatrice effectue de nouveau les mêmes manœuvres sur une deuxième personne volontaire pendant que tous les autres élèves regardent à nouveau et peuvent à nouveau poser des questions. Le groupe ayant reçu le soin reproduit à son tour les manœuvres sur le 1<sup>er</sup> groupe. Le changement régulier de binômes sera imposé afin que tous les élèves puissent apprendre les techniques de soin sur des pieds ou des corpulences différents. Chaque élève peut ainsi exprimer son ressenti en tant que « donneur » ou « receveur ». La formatrice s'emploie à corriger les manœuvres et les postures des élèves et répond également à toutes les questions.

### Examen :

- Pas d'examen à l'issue du 1<sup>er</sup> module

### Satisfaction :

- La qualité de notre formation est notre priorité. Nous nous préoccupons d'un bon partage de connaissance et de l'apprentissage de vos équipes. Vous verrez prochainement apparaître, dans un souci de transparence, l'évolution de la moyenne des notes de satisfaction que nos stagiaires nous ont remises.