



## **Programme de formation individuelle**

### **– MODULE 5.4 –**

## **Réflexologie Palmaire**

### **Sommaire**

Objectifs, compétences et aptitudes.....	2
Public concerné et prérequis .....	2
Qualification des intervenants .....	2
Moyens pédagogiques .....	2
Moyens techniques à disposition.....	2
Durée et effectifs .....	2
Déroulement.....	3
Modalités d'évaluation des acquis .....	4
Sanction visée.....	4
Matériel nécessaire .....	4
Délais administratif.....	4
Délais d'accès .....	4
Accessibilité aux personnes à mobilité réduite .....	4
Accessibilité aux personnes en situation précaire .....	4
Accessibilité aux personnes en réinsertion ou en recherche d'emploi .....	4
Taux de réussite.....	4
Taux de satisfaction .....	4
Tarifs.....	5
Débouchés.....	5

*Dernière mise à jour : 19/02/25*

### **Objectifs, compétences et aptitudes**

Ce module de formation s'adresse aux professionnels en massages de bien-être en devenir ou déjà installés. Il consiste en l'acquisition des connaissances relatives à la réflexologie palmaire de 40 minutes, aussi bien en termes de techniques que de bienfaits et de contre-indications.

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :

- Accueillir un client et lui proposer une séance adaptée ;
- Maîtriser les différents bienfaits et contre-indications, ainsi que la théorie propre à la pratique ;
- Acquérir le protocole de réflexologie palmaire de 40 minutes et le restituer de manière hygiénique et sécuritaire, aussi bien pour le praticien que pour le client ;
- Adapter sa technique, son rythme et sa pression en fonction des besoins et attentes du client.

### **Public concerné et prérequis**

- Aucun prérequis aussi bien en termes d'expérience, de compétences que de diplômes / certificats / titres.
- Accessible à toute personne majeure et ne présentant pas de contre-indication médicale le jour de la formation.

### **Qualification des intervenants**

Alicia ASSE est praticienne en naturopathie holistique et énergétique. Elle est également accompagnante psychocorporelle du bébé à l'adulte, de par la pratique du massage bien-être et du soutien émotionnel par les fleurs de Bach. De plus, elle accompagne à la parentalité et à l'allaitement maternel. Avant d'être accompagnante et formatrice, elle a exercé en tant qu'auxiliaire de puériculture pendant 10 ans.

### **Moyens pédagogiques**

- Pratique des entretiens sous la forme de « jeux de rôles » avec la formatrice ;
- Pratique des massages sur la formatrice et/ou sur un modèle ;
- Méthode d'enseignement active et participative.

### **Moyens techniques à disposition**

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement ;
- Planches et schémas anatomique et des méridiens énergétiques à disposition ;
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.

### **Durée et effectifs**

1 jour, soit un total de 7 heures. Session individuelle.

### **Déroulement**

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression de la formation.

#### ➤ **MATIN** (3h00)

9h00 : Accueil jusqu'à 9h30

9h30 : Présentation du stagiaire et du déroulé de la formation

9h45 : Histoire de la réflexologie, anatomie et physiologie, bienfaits et contre-indications

10h30 : Accueillir et conseiller un client

10h45 : Pause

11h00 : Démonstration du protocole PARTIE 1 « observation »

11h15 : Mise en pratique du protocole PARTIE 1 « observation »

11h45 : Démonstration du protocole PARTIE 2 « détente et relaxation »

12h00 : Mise en pratique du protocole PARTIE 2 « détente et relaxation »

12h30 : Déjeuner

#### ➤ **APRES-MIDI** (4h00)

13h30 : Mise en pratique du protocole PARTIE 1 + PARTIE 2

14h00 : Démonstration du protocole PARTIE 3 « points réflexes »

14h15 : Mise en pratique du protocole PARTIE 3 « points réflexes »

14h45 : Pause

15h00 : Démonstration du protocole PARTIE 4 « drainage et harmonisation »

15h15 : Mise en pratique du protocole PARTIE 4 « drainage et harmonisation »

15h45 : Mise en pratique du protocole PARTIE 3 + PARTIE 4

16h15 : Mise en pratique du protocole complet

17h00 : Cas pratiques

17h15 : Bilan de la journée et questions-réponses

17h30 : Fin de la formation

### **Modalités d'évaluation des acquis**

Évaluation pratique en continue lors du module. Cinq critères de notation sur 20 points. 12 points minimum pour valider un critère. 70 points total au minimum pour valider l'aspect pratique du module.

### **Sanction visée**

Attestation et certificat de réalisation remis en fin de module.

### **Matériel nécessaire**

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs ;
- Tenue souple et confortable, chaussons ou chaussettes épaisses ;
- Serviette essuie-main ;
- Flacon d'huile végétale neutre (amande douce, noyau d'abricot, pépins de raisin...), idéalement de qualité biologique, avec poussoir.

### **Délais administratif**

- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels ;
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme (OPCO, Pôle Emploi...).

### **Délais d'accès**

- De 1 à 3 mois pour une formation dans nos locaux (inter-entreprise) ;
- De 1 à 3 mois pour une formation au sein de vos locaux (intra-entreprise).

### **Accessibilité aux personnes à mobilité réduite**

Possibilités étudiées au cas par cas selon le handicap. L'AGEFIPH et la RHF (Ressource Handicap Formation) sont les partenaires référents handicap.

### **Accessibilité aux personnes en situation précaire**

Le CCAS de Mouans-Sartoux est notre référent concernant les personnes en situation précaire.

### **Accessibilité aux personnes en réinsertion ou en recherche d'emploi**

Pôle Emploi est notre partenaire référent pour les personnes en recherche d'emploi ou en réinsertion.

### **Taux de réussite**

100% (selon étude du 07/2024)

### **Taux de satisfaction**

100% (selon étude du 07/2024)

**Tarifs**

400 euros nets (exempt de TVA).

**Débouchés**

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...,
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...