



# REFLEXOLOGIE GENERALE

## PIEDS, MAINS, DOS, TRIGGER

### Début de la formation

### Jeudi 26 septembre 2019

#### Descriptif de la formation

##### Formation professionnelle en réflexologie générale pour :

- Identifier et traiter les zones réflexes pertinentes sur les pieds, les mains et le dos
- à titre préventif, pour favoriser la santé.
- comme une solution thérapeutique, pour répondre à un problème de santé

##### A l'issue de cette formation, les apprenants

- Localiseront les zones réflexes des différents systèmes anatomiques dans une dynamique globale sur les **pieds, les mains, le dos et les agiront sur les Triggers points**
- Appliqueront une démarche thérapeutique en associant de manière complémentaire et synergique plusieurs approches en réflexologie
- Pourront évaluer leur intervention par différents moyens sur le corps

##### Des cours sur 1 année, sur Yverdon-les-bain

A l'espace Athanor, proche de la sortie d'autoroute, Champs-Lovats 17

##### Des cours théoriques et pratiques : 236h présentielle – 33 Jours

- 134h de formation présentielle (heures de contact) en réflexologie plantaire
- 24h de formation présentielle en réflexologie corporelle, Zones réflexes du dos selon A. Lett
- 48h de formation présentielle en réflexologie palmaire
- 24h de formation présentielle en réflexologie des Trigger Points
- 6h Un examen pratique de réflexologie générale

##### Et en plus :

- 70h30 complémentaires de pratique en réflexologie plantaire (50 séances, autoévaluation sur le parcours de formation en plantaire, 3 séances à recevoir par un professionnel installé)
- 24h de travail sur un cas thérapeutique de 8 séances avec feed-back de l'école
- 24h de ressenti appliqué à la réflexologie (hors cadre des associations ACSA ou RME)

**L'examen est validé par :** La réussite à l'examen pratique et la réponse à un questionnaire sur sa propre pratique en réflexologie générale

**Les vidéos sont autorisées pour une meilleure intégration**

##### Une équipe formatrice confirmée

- Eric Forestier, Réflexologue et Naturopathe dipl. fed. MTE, Formateur d'adultes BFFA M1, M2
- Martina Lavanchy, Reflexothérapeute, formatrice
- Sylvie Muller Forestier, praticienne et formatrice Bioénergéticienne, Géobiologue
- Stéphane Quéry, Réflexologue et formateur pour la corporelle, zones réflexes du dos selon Lett
- Lilian Gauthéron et Alice Drevet, réflexologues et formateurs pour la palmaire
- Richard Ferrari, Réflexologue, Thérapeute Manuel, pour les Triggers Points (Formé selon la méthode originale IMTT Suisse)

### **Réflexologie Plantaire : 134 heures de formation présentielle réparties :**

- en 17 jours en week-end à partir du 05 octobre 2019 (16 jours de 8h et 1 examen en plantaire 6h)
- Globalement hors vacances scolaires (ou en tout début ou toute fin de vacances), hors jours fériés

**Sam, dim 05-06 Oct 19**

**Sam 04 Avr 20**

**Sam, dim 02-03 Nov 19**

**Sam, dim 25-26 Avr 20**

**Sam, dim 23-24 Nov 19**

**Sam 09 Mai 20**

**Sam, dim 18-19 Janv 20**

**Sam, dim 06-07 Juin 20**

**Sam, dim 07-08 Mars 20**

**Sam 04 Juil 20**

**Dim 22 Mars 20**

**Sam, dim 12-13 Sept 20 – révisions et examens plantaire**

- **Dossier de fin de cursus sur 1 cas thérapeutique d'au moins 8 séances : 24h au total avec retour de l'école (évaluation selon les critères de l'Association Suisse de Réflexothérapie)**

**Ces heures de dossier sont comptabilisées pour les 150h demandées par le BF de Masseur Médical**

### **70 h30 complémentaires de pratique se répartissent en :**

- 3 séances de réflexologie à recevoir par un professionnel diplômé : 4h
- Une auto-évaluation sur le parcours de formation : 4h
- 50 séances d'1h15 chacune, documentées, en plus des heures du dossier de fin de cursus : 62h30

**Aux 17 jours de plantaires s'ajoutent 3 jours (24h) de formation en ressenti appliquée à la réflexologie. Ces heures ne sont pas comptabilisées dans le nombre d'heures en réflexologie générale dans le cadre de la reconnaissance par l'ASCA et le RME. Une attestation annexe sera délivrée pour ces heures.**

**3 Formateurs :** Martina Lavanchy pour les bases de la réflexologie et les localisations, Eric Forestier pour le processus thérapeutique appliqué à la réflexologie, Sylvie Muller Forestier pour le ressenti appliqué à la réflexologie

### **Réflexologie palmaire approfondie : 48h – 6 jours 12-13-14 juin 2020 et 4-5-6 septembre 2020**

Approche approfondie des localisations selon un modèle de projection des zones réflexes des mains et du poignet fondé sur l'embryologie. Cette approche est comparée à celle de Dwight Byers, le neveu d'Eunice Ingham ; Lilian Gautheron étant directement diplômé par Dwight Byers de l'école Ingham aux Etats-Unis.

Outre l'ensemble des zones réflexes viscérales, l'accent est mis sur les zones locomotrices scapulaires et pelviennes, très intéressantes en cas de traumatisme ou de restriction de la mobilité.

Les zones de tête sont aussi particulièrement développées avec approche centrée sur le traitement des nerfs crâniens, des structures cranio-sacrées, la perception et la relance du mécanisme respiratoire primaire et le traitement du système nerveux autonome. Travailler sur la main représente ainsi un avantage certain pour une prise en charge des troubles de la sphère nerveuse comme les céphalées de tensions, les paralysies faciales, l'équilibre, un travail spécifique sur le parasympathique (sphère émotionnelle, sphère digestive...).

**2 Formateurs :** Lilian Gautheron qui a développé la cartographie novatrice, réflexologue et formateur et Alice Drevet, réflexologue et formatrice.

### **Réflexologie corporelle, zones réflexes du dos selon Ann Lett : 24h – 3 jours – 30 avril, 1<sup>er</sup> mai et 18 juin 2020**

Méthode de palper-rouler, la réflexologie du dos est une méthode de soin à part entière. Elle identifie les dermalgies réflexes (la peau est solidaire des tissus sous-jacents, la zone est douloureuse et irrégulière au toucher. Cela témoigne d'une perturbation de l'organe en relation avec la zone cutanée), accède au tissu conjonctif et à la matrice extracellulaire. Elle participe ainsi activement à la mobilisation et à l'élimination des toxines stockées dans les espaces entre les cellules, tout en favorisant le retour à l'équilibre de l'activité des systèmes nerveux et hormonal.

Méthode réflexe, elle permet d'évaluer les fonctions des organes et la stimulation des zones réflexes agit sur les organes correspondants de façon ciblée.

Méthode appliquée sur le dos, elle contribue à en soulager les tensions. **Il est intéressant avec cette approche de mettre en relation effective des tensions sur le dos avec perturbations de zones réflexes viscérales, notamment digestives ou pelviennes. C'est une réflexologie des segments vertébraux.**

**Les éléments d'anatomie palpatoire utiles à la méthode sont présentés.**

**1 formateur** : Stéphane Quéry, masseur, réflexologue, formateur

**Réflexologie corporelle, Trigger Points : 24h – 3 jours – 26-27 sept 19 et 31 oct 2019**

Vous apprendrez à identifier et reconnaître les Point Trigger myofasciaux les plus couramment rencontrés en cabinet. Ces points sur le corps entier sont impliqués dans de bon nombre de douleurs aiguës ou chroniques de l'appareil locomoteur. A la fin de cette formation vous serez capable de mettre en place les premières mesures de traitement de ces points afin de soulager efficacement ces maux, en traitant le point, travaillant le muscle et en partageant les auto-étirement possible. Les muscles et les points triggers concernés sont traités par groupes fonctionnels impliqués dans les troubles clairement identifiés comme le torticoli, le lumbago... Différents cas cliniques seront proposés pour une intégration efficace de la méthode.

**1 formateur** : Richard Ferrari, réflexologue, thérapeute manuel, Formé selon la méthode originale des Trigger Points à l'IMTT.

**Examen pratique de réflexologie générale : 6h – 1 journée, date à fixer avec les participants**

**Ressenti appliqué à la réflexologie : 24h – 3 jours (incluse dans le cursus de la réflexologie des pieds)**

**Ces heures**, même si elles sont très liées à la pratique de la réflexologie, **sont volontairement exclues de la dynamique des reconnaissances par l'ASCA et le RME.** Une attestation annexe sera remise aux participants

**1 formatrice** : Sylvie Muller Forestier, Bioénergéticienne, géobiologue, Formatrice

### **Objectifs de formation**

- Localiser avec méthode et précision les zones réflexes des principaux systèmes de l'organisme sur les pieds, les mains, le dos selon Ann Lett et sur le corps entier grâce à la méthode des Trigger Points.
- Développer la perception de la qualité des tissus à travers un toucher réflexe adapté
- Adapter l'intensité et la précision du toucher en fonction de la personne à traiter et de la réponse thérapeutique recherchée
- Recueillir les informations pertinentes à travers l'histoire de santé et maladie de la personne à traiter
- Identifier les grands principes de la santé et de la maladie en thérapie naturelle
- Identifier les grandes dysfonctions de l'organisme
- Mettre en relation des grandes dysfonctions entre elles pour avoir une vision globale de la problématique de santé de la personne à traiter
- Corréler cette vision avec une observation et une perception tactile et visuelle des zones réflexes perturbées
- Construire un protocole de traitement en réflexologie générale
- Identifier les règles d'une relation thérapeutique empathique

### **Programme des cours**

- Le protocole de détente en réflexologie plantaire, palmaire, sur le dos, approche de contact des Triggers Points
- Localisation sur le pied, les mains et le dos les zones réflexes des différents systèmes corporels (locomoteur osteo-articulaire et musculo-tendineux, respiratoire, urinaire, endocrinien, nerveux, organe des sens et nerfs)

crâniens inclus, digestif, reproduction, circulatoires cardio-vasculaire et lymphatique) et localisation sur le corps des Trigger Points.

- Démarche thérapeutique en réflexologie : Collecte d'information, interprétation des informations, Sur la base d'objectifs de traitement conduire une démarche thérapeutique. Evaluer cette démarche et les résultats obtenus entre les séances.
- Approche de traitement manuel en réflexologie des pieds, des mains, du dos selon Lett et du corps selon les Trigger Points.
- La santé et la maladie selon la thérapie naturelle (la matrice Extra-cellulaire de Pischinger, approche des tempéraments hippocratiques, déséquilibres intestinaux et hépatique et inflammation systémique, équilibre acido-basique...)
- **Les grandes pathologies et troubles fonctionnels qui peuvent être pris en charge par la réflexologie. Perception globale des mécanismes physiologiques qui sont en œuvre derrière des signes cliniques que l'on apprend à identifier.**
- Etude de cas concrets et pratique personnelle

### Organisation

- **Lieux** : Yverdon-les-Bains, Espace Athanor, champs-Lovats 17
- **Les formateurs pour :**
  - L'introduction et les localisations des zones réflexes** : Martina Lavanchy, réflexothérapeute
  - La dynamique thérapeutique** : Eric Forestier, réflexothérapeute, Naturopathe Dipl. Fed.
  - Le ressenti énergétique** appliqué à la reflexo : Sylvie Muller Forestier, géobiologue et bioénergéticienne
  - La réflexologie palmaire** : Lilian Gautheron et Alice Drevet, réflexologue et formateurs
  - La réflexologie du dos** : Stephane Quéry, réflexologue, masseur et formateur
  - Les points Triggers** : Richard Ferrari, réflexologue, thérapeute manuel, spécialiste des triggers points
  - Coordinateur pédagogique de formation** : Eric Forestier, Formateur d'adulte BFFA M1-M2

- **Prix : 5190 frs pour la Réflexologie Générale (prix remisé / chaque module séparément : 5420 frs)**

### Une formation globale et cohérente

Cette formation complète permet d'agir sur plusieurs systèmes complémentaires de réflexothérapies tant pour évaluer l'état des zones réflexes que pour les traiter. Il est ainsi possible d'agir de manière approfondie sur des problématiques du système locomoteur, liées aux dysfonctionnements viscéraux et liées aux perturbations nerveuses et hormonales, en plus d'une approche globale de détente.

### Quelle reconnaissance ?

Cette formation est reconnue par **l'ASCA au titre de la réflexologie générale et le label RME est obtenu** pour la méthode 163, Réflexologie. Ce chiffre permet la reconnaissance par la HELSANA, ce que ne permet pas la méthode 81, Zones réflexes du pieds.

Le système officiel de formation en Suisse permet la voie de l'équivalence pour se présenter à un diplôme fédéral reconnu par la confédération. Les heures proposées dans cette formation font partie de l'IDMET (identification de la méthode) de la réflexothérapie reconnue par l'ODA-KT en septembre 2016 ([www.oda-kt.ch](http://www.oda-kt.ch), organisme fédéral faïtier agissant au nom du SEFRI, l'office fédéral de la Formation). Ainsi, il est possible de valoriser les heures de formation (au moins les 236h présentes) au titre de l'équivalence pour prétendre présenter le Certificat de branche (il faut exciper de 500h de formation présente au total) puis passer l'Examen Professionnel Supérieur pour valider le **Diplôme Fédéral de Thérapeute Complémentaire**