



IFJS

INSTITUT DE FORMATION
AU TOUCHER MASSAGE®

Réflexologie plantaire- Niveau 1 et 2.

La réflexologie plantaire est une technique de soin qui repose sur la stimulation de zones réflexes situées sur les pieds. Ces zones sont liées à différentes parties et fonctions du corps humain. Cette pratique permet de favoriser l'équilibre et le bien-être, d'améliorer la circulation, de réduire le stress, et d'accompagner les patients dans des contextes thérapeutiques variés. Elle est particulièrement bénéfique pour compléter les soins médicaux traditionnels et soutenir la santé physique et émotionnelle des patients.

La formation en réflexologie plantaire est destinée à des professionnels de santé ou toute personne souhaitant acquérir des compétences de base ou approfondies dans cette méthode complémentaire. Elle est également adaptée aux soignants qui souhaitent intégrer la réflexologie dans leur pratique quotidienne pour améliorer la qualité de leurs soins et offrir des solutions alternatives aux patients en souffrance.

Durée : 6.00 jours (42.00 heures)

Profils des apprenants

- Tous publics.

Prérequis

- Sans prérequis.

Accessibilité et délais d'accès

Prise en compte du handicap : Mme Armelle Simon - armelle.simon@ifjs.fr.

15 jours (sous réserve de places disponibles).

Qualité et indicateurs de résultats du précédent programme :

2020/2021 – Base : Taux de participation : 42 - Indice de satisfaction : 9,3/10 – Réussite : 100%.

2020/2021 – Perfectionnement : Taux de participation : 34- Indice de satisfaction : 9,4/10 – Réussite : 100%.

2021/2022 – Base : Taux de participation : 42 - Indice de satisfaction : 9,1/10 – Réussite : 100%.

2021/2022 – Perfectionnement : Taux de participation : 42 - Indice de satisfaction : 9,1/10 – Réussite : 100%.

2022/2023 – Base : Taux de participation : 20 - Indice de satisfaction : 9,5/10 – Réussite : 100%.

2022/2023 – Perfectionnement : Taux de participation : 20- Indice de satisfaction : 9,5/10 – Réussite : 100%.

2024 – Base : Taux de participation : 17- Indice de satisfaction : 9,6/10 – Réussite : 100%.

2024 - Perfectionnement : Taux de participation : 16- Indice de satisfaction : 9.5/10 – Réussite : 100%.

Nouveau programme de formation 2025 en cours d'évaluation.

Objectifs pédagogiques

- Acquérir les connaissances et techniques fondamentales de la réflexologie plantaire.
- Intégrer la réflexologie plantaire dans sa pratique professionnelle quotidienne.
- Adapter sa pratique selon les besoins thérapeutiques identifiés.

A l'issue de la formation complète, le participant sera capable de :

- Maitriser les bases de la réflexologie plantaire.
- Identifier les zones réflexes.
- Comprendre leur relation avec le corps et savoir utiliser les techniques fondamentales pour un soin de base.
- Construire des protocoles thérapeutiques pour le traitement de pathologies spécifiques.
- Adapter les techniques selon les besoins thérapeutiques identifiés : douleur, stress, fatigue.

Contenu de la formation

- Introduction à la réflexologie plantaire :
 1. Histoire et fondements de la réflexologie plantaire.
 2. Anatomie et physiologie du pied.
 3. Identification des zones réflexes et leurs liens avec le corps.
 4. Apprentissage des techniques de base : pression, friction et relaxation.
- Approfondissement des techniques et introduction aux protocoles :
 1. Approfondissement des zones réflexes et acquisition de techniques avancées.
 2. La pratique sur les zones réflexes : adapter les pressions.
 3. Les protocoles de soins en réflexologie plantaire pour les soins de support.
 4. Les bienfaits de la réflexologie dans les soins et la gestion du stress.
- Approche thérapeutique et mise en situation pratique : renforcer et approfondir ses compétences :
 1. Introduction aux protocoles thérapeutiques adaptés à certaines pathologies.
 2. Pratique des protocoles spécifiques à des pathologies (stress, douleurs chroniques, etc.).
 3. Mise en situation clinique : gestion du stress et accompagnement des patients.
 4. Intégration des techniques dans la pratique professionnelle.
 5. Etude de cas cliniques : pathologies courantes et réflexologie.

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Formateur/trice certifié(e) et Professionnel(le) expert(e) dans le domaine.

Méthodes et ressources pédagogiques

- Méthodes pédagogiques : Nos méthodes privilégient les apprentissages en binômes, les démonstrations des formateurs, les mises en situations professionnelles concrètes, les temps d'analyse des pratiques autour de ce que chacun a pu expérimenter et les apports théoriques. Les préalables "IFJS" sous forme d'exercices permettant à chacun de se sentir en confiance, de faciliter les apprentissages, d'intégrer en douceur et en toute simplicité, la gestuelle.

Pour l'ensemble des formations proposées, notre pédagogie s'appuie sur **4 points fondamentaux** :

- Une équipe expérimentée formée à notre pédagogie.
- Une pédagogie adaptée, fondée sur la confiance en soi.
- La pratique et l'expérience fondatrices de l'apprentissage.
- Des techniques éprouvées, évolutives et créatives.
- Ressources pédagogiques : Support de formation remis à chaque participant. Accès à un espace apprenant tout au long de la formation (compléments de supports pédagogiques, documents informatifs, forum d'échanges).
- Lieux de formation : Les locaux sont conformes à la législation en vigueur en matière de sécurité et d'hygiène ; et répondent aux directives financières. Mise à disposition du matériel nécessaires à l'exercice de la pratique (tables de massages, chaises de massage ergonomiques, huiles de massage, paperboard et vidéoprojecteur).

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Test pré et post formation. Recueil des attentes.
- Évaluation tout au long de la formation: le formateur/trice vérifie la bonne compréhension des informations, le positionnement du stagiaire et l'utilisation d'une gestuelle bien-être.
- Fin de formation : une pratique supervisée de séance.
- Évaluation de la satisfaction des participants à la fin de la session via un questionnaire de feedback.

Modalités d'obtention :

Une attestation de réalisation de l'action de formation et de validation des compétences sera remise à chaque participant, ayant participé avec satisfaction aux évaluations et journées de formation.

Tarifs coût pédagogique : Non assujetti TVA.

Tarif Prise en charge : 1 550.00 € (dont 50.00 € de frais d'inscription).

Tarif Individuel : 1 130.00 € (dont 50.00 € de frais d'inscription).

Modalités d'inscription:

Pré-inscription en ligne sur <https://ifjs.catalogueformpro.com/>. Pour plus de renseignements, notre équipe reste à votre disposition par mail à contact@ifjs.fr ou par téléphone au 03.80.74.27.57. Inscription confirmée après validation des dossiers et/ou entretien individuel - Délai d'inscription : 15 jrs avant la date de la formation (sous réserve de place disponibles).

Catégorie : Action de formation (art. L6313-3).