



Programme détaillé de la réflexologie holistique

◇ Les objectifs de la formation

La formation en réflexologie holistique a pour objectif de transmettre les compétences théoriques et pratiques concernant les différentes techniques nécessaires à la pratique de la réflexologie holistique.

Le réflexologue holistique pratique des massages et acupressions dans un objectif de bien-être et d'équilibre, qui diffère de l'exercice illégal de la kinésithérapie. Son rôle diffère aussi de celui du médecin, tel que défini par l'article L 378 du Code de la santé publique, en ce sens qu'il ne pose pas de diagnostic et ne prescrit pas de traitement.

Compétences propres au métier de relaxologue holistique	Compétences globales au métier d'accompagnement
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques fondamentales nécessaires au métier de Relaxologue holistique	Etre capable de mobiliser les connaissances relatives à la législation
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques relatives à l'anatomie-physiologie	Etre capable d'accueillir et mettre à l'aise son client
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques relatives à l'hygiène vitale	Maîtriser la conduite de la relation attentive, empathique et respectueuse
Etre capable de mobiliser les connaissances et compétences relative à la technique réflexologique	Etre capable d'anticiper des réceptivités d'individus à des techniques de naturopathie et sélectionner les techniques les plus adaptées (individualisation)
	Etre capable de mobiliser ses connaissances pour communiquer sur les réseaux sociaux et en intervention pour présenter la naturopathie.



◇ Contenu de la formation

La formation est articulée autour de huit semaines de présentiels, au cours desquelles on travaille les 10 modules de la formation. Pour chacun des modules, un devoir de dix questions de réflexion et mises en situation est demandé, qui est travaillé en petits groupes sous la forme d'une mise en situation de consultation.

◇ Pré-requis

La formation est ouverte à toute personne de plus de 25 ans titulaire d'un Bac ou d'un équivalent.

◇ Niveau de formation

La formation forme les étudiants de niveau Bac (niveau 4).

◇ Modalités d'inscription

La formation commence à l'automne 2024 pour se terminer en janvier 2026.

Pour s'inscrire, l'étudiant imprime le dossier de demande d'inscription, qui comprend un questionnaire pour permettre d'évaluer l'adéquation entre ses besoins de formation et le contenu et modalités de la formation.

Il adresse ce dossier au Directeur d'antenne de son secteur géographique. Celui-ci lui propose un entretien téléphonique. Lorsque les prérequis ne sont pas remplis, le Directeur d'antenne demande la rédaction d'une lettre de motivation. S'il s'avère, après les échanges téléphoniques ou par mail, que les besoins de l'étudiant correspondent bien à la formation, la Direction de l'école adresse un contrat de formation. L'étudiant renvoie ce contrat rempli.

En cas de situation de handicap, un échange est proposé entre l'étudiant, le Directeur d'antenne et la Référente Handicap de l'école (la Directrice Corinne Dewandre) pour évaluer les besoins en aménagement éventuels et la pertinence d'entrer en lien avec les ressources des formations pour les cas de handicap.

◇ Durée de la formation

La durée de la formation est fixée à 15 mois.

Total de la formation 500 heures

◇ Les moyens techniques et pédagogiques

La formation en réflexologie holistique est donnée à distance et en présentiel.



Les modules théoriques sont à télécharger sur le site www.ecole-synergie.fr et à acheter les uns après les autres. Lors des formations en présentiel, chaque étudiant reçoit un livret papier couleur reprenant les cartographies et les protocoles enseignés.

Les moyens pédagogiques :

Les modules de l'enseignement ont été constitués et rédigés par Monsieur Bertrand Boisson, Fondateur de l'école, Docteur en pharmacie et naturopathe, et par sa Directrice Corinne Dewandre, naturopathes, sous le regard d'un comité scientifique constitué d'anciens étudiants de formation scientifique et de consultants extérieurs.

Le nombre de pages du support de cours est variable selon les modules (20 à 60 pages). Avec chaque module de cours, une bibliographie et des supports vidéo sont proposés pour permettre aux étudiants d'approfondir leurs recherches et leur compréhension

Chaque module est accompagné d'un devoir de 10 questions, que l'étudiant prépare chez lui et adresse à son formateur.

◇ **Évaluation des connaissances et compétences**

Évaluation des connaissances et compétences tout au long de la formation.

La grille de notation des devoirs retenue est la suivante :

- degré de réflexion et d'approfondissement ;
- degré de compréhension ;
- recul critique par rapport aux sources et avis divergents ;

- capacité à restituer les informations de façon claire et précise, dans une certaine concision, en général 3 à 8 pages. Ce n'est pas une obligation précise, plutôt un ordre d'idées.

- degré de progression au fil de la formation ;

Un devoir qui est noté en dessous de 12 doit être représenté à nouveau (dans ce cas il est demandé de revoir certaines questions sans noter l'ensemble).

Le but de la notation est de favoriser la motivation à apprendre au mieux et d'encourager la confiance en soi et en ses capacités.

◇ **L'examen final**

L'examen consiste en une consultation de réflexologie en réel. De vrais clients sont recrutés pour l'occasion et soumettent leur problématique. L'étudiant qui présente son examen dispose d'une heure pour établir un questionnaire, proposer un axe de travail et

A l'issue de l'examen réussi, l'étudiant reçoit une attestation de Réflexologue holistique.



◇ Le programme détaillé des modules de formation :

Module hygiène de vie pour le réflexologue holistique

Les bases de l'hygiène de vie naturelle et holistique

Les fondements de l'approche holistique : traditions et science

Les bases d'hygiène alimentaire

Les bases de phytologie (galéniques, huiles essentielles, bourgeons et Fleurs de Bach)

Les bases de l'hygiène émotionnelle - le décodage biologique

Module techniques manuelles et réflexologie

Les bienfaits du toucher

Les fondements de la réflexologie : l'arc réflexe

Les différents types de réflexologie

La tradition d'Eunice Ingham, la tradition chinoise, la tradition mexicaine

Module bases scientifiques utiles pour le réflexologue holistique

Les bases scientifiques: tour d'horizon sur les différentes composantes de l'être humain : atome, molécule, cellule, tissu, organe, système, interaction entre les systèmes et le causalisme.

Les notions de base utiles pour le réflexologue : pH, mitochondries, stress oxydatif, processus inflammatoire.

Module système urinaire et reproducteur

Les reins : la structure, rôle et fonctionnement des reins. Définition, structure et fonctionnement de leur unité de base : le néphron.

L'hygiène de vie à adopter pour prendre soin de ses reins. Les reins et leur symbolique émotionnelle. Le système reproducteur masculin et féminin. Explication des moyens de contraception. Connaissances des problématiques possibles liées au système urinaire et reproducteur.

Module système respiratoire

Physiologie et mécanisme des mouvements respiratoires.

Physiologie des échanges respiratoires et transport de l'oxygène jusqu'à la cellule. Définition de l'unité de base de l'appareil respiratoire : l'alvéole pulmonaire.

Le rôle du sang dans la respiration. Connaissances des problématiques possibles liées au système respiratoire.

Module système nerveux et organes des sens

Description et fonctionnement de la cellule et de la fibre nerveuse. La composition et fonctionnement général du cerveau. Présentation du système nerveux et ses sous-systèmes. Explication du fonctionnement du sommeil et de son fragile équilibre.

Module système digestif



Présentation générale du système digestif : bouche, estomac, intestin, foie, pancréas et rectum. Le mécanisme de la digestion et les phénomènes sécrétoires.

Présentation des enzymes et du catabolisme. Le système digestif et sa symbolique émotionnelle. Les troubles possibles de la digestion, le microbiote et les selles normales.

Module système endocrinien

Définition et fonctionnement principal des glandes endocrines : hypophyse, thyroïde, parathyroïdes, pancréas, glandes surrénales, testicules et ovaires.

Définition des chakras et de leur correspondance avec les glandes endocrines.

Module système ostéo-musculaire

Description du squelette et son rôle. Description des principaux muscles et leur fonctionnement. L'hygiène de vie à adopter pour prendre soin des os et des muscles. Le système ostéo-musculaire et sa symbolique émotionnelle.

Module système circulatoire

Description du cœur et du système artériel et de leur fonctionnement Description et fonctionnement de la circulation veineuse La composition et le rôle du sang dans l'organisme. Description et fonctionnement du système lymphatique Le cœur et sa symbolique émotionnelle

Module système immunitaire

Description et fonctionnement du système immunitaire. Présentation du phénomène d'infection (phase d'incubation, d'invasion et phase d'état) et des dérèglements.

Rôle et importance de la fièvre.

Inclus dans le Pack Pratique Pro

Module posture de l'accompagnant

Les techniques d'accueil et d'écoute active et empathique

Les choix des mots à adopter en consultation

Comment aider la personne à devenir responsable de sa santé et de sa vie

L'importance de l'effet placebo dans notre message

Installation

Choix d'une structure juridique

Réglementations juridiques à respecter

Se faire connaître

La loi de l'attraction, rayonner pour attirer des personnes en consultation.

◇ **Coût de la formation : 2805 euros**

◇ Frais d'inscription à 150 €

◇ 11 modules à 75 € l'unité

◇ 12 journées de stage à 90 € l'unité



- ◇ 2 journées de stage en visio à 70 € l'unité
- ◇ Pack de préparation à l'examen 270 €
- ◇ Pack pratique Pro à 340 € (incluant 2 modules)

◇ **L'attestation de fin de formation :**

Ayant obtenu au moins 12/20 à chacun de ses devoirs, validé ses stages pratiques et, après avoir passé son examen avec succès, il est remis à l'élève une Attestation de Réflexologue holistique.

