

## FORMATION AU MÉTIER DE RÉFLEXOLOGUE SUR 2 ANS

### 1. Réflexologue

### 2. Réflexologue selon la tradition chinoise

Le Centre de réflexologie Mireille Meunier, numéro de déclaration d'activité 84380624938, numéro SIRET 75392082600033, validé par le Datadock 0026716, propose des formations préparant au métier de Réflexologue selon la Tradition chinoise.

### LES SOINS NATURELS, TECHNIQUES ANCESTRALES FONDÉES ET SÉRIEUSES

Le réflexologue fait partie de la communauté des professionnels en soins naturels. Les soins naturels n'imposent pas un unique traitement ou une unique prévention, au contraire, ils regroupent diverses techniques ancestrales, qui ont fait leurs preuves depuis des siècles, telles qu'acupuncture, réflexologie, shiatsu, phytothérapie, aromathérapie, homéopathie, diététique, etc.

Les soins naturels utilisent des techniques précises et rigoureuses, validées dans le temps depuis des siècles. Ils peuvent être complétés par des approches plus modernes, notamment en intégrant la dimension psychologique, mais reposent tous sur des techniques spécifiques, documentées depuis des décennies voire des siècles.

### LE MÉTIER DE RÉFLEXOLOGUE

La réflexologie trouve des champs d'application différents, dont voici les deux principaux :

1. Une approche **technique** qui permet, dans le cas d'une bonne maîtrise du toucher réflexe, de détendre et de soulager des douleurs. Cette approche dite anti-symptomatique intéresse plus particulièrement les professionnels de santé qui y trouvent l'intérêt de réduire la prise médicamenteuse ou d'atténuer leurs effets secondaires. Ce praticien porte le nom de **réflexologue**.
2. Une approche **globale** qui permet d'agir sur le plan corporel, mais aussi énergétique et émotionnel, car les vécus difficiles source d'émotions inconfortables et/ou de croyances parasitantes peuvent altérer l'état de santé physique ou mentale. Cette démarche, ancrée sur des données observationnelles et cliniques, est pratiquée prioritairement par des professionnels en soins naturels, qui ont été formés pour individualiser le soin réflexologique en fonction des besoins personnels du consultant. Ce praticien porte le nom de **réflexologue selon la Tradition chinoise**.

## SE FORMER EN RÉFLEXOLOGIE DANS NOTRE CENTRE

### • Année 1 : Maîtrise des gestes techniques et pratique sur le plan métabolique

La formation est axée sur l'acquisition des gestes techniques en réflexologie plantaire, palmaire, auriculaire et faciale. La qualité du toucher réflexe est étudiée en détail, et corrigée individuellement par les formateurs. Les différents systèmes physiologiques sont localisés au niveau des zones réflexes et stimulés avec des manoeuvres spécifiques. Les liens physiopathologiques sont présentés pour permettre une approche globale sur le plan corporel. Les protocoles des principaux troubles sont étudiés pour inclure les zones métaboliques à la séance. Les fondamentaux d'un suivi réflexologique avec premier entretien, attitude observationnelle, déroulé de la séance, bilan réflexologique et évaluation des effets de la séance sont les acquis attendus en fin de formation.

La formation se déroule sur 6 sessions de 36 heures (5 en présentiel et 1 à distance) réparties sur un an. A l'issue de l'épreuve de fin de formation, elle permet d'obtenir le titre de **réflexologue**.

### • Année 2 : Personnaliser le soin réflexologique pour un accompagnement global

Après une première année concentrée sur l'acquisition des gestes techniques et des connaissances sur le plan biologique, la 2ème année est dédiée à l'étude des liens énergétiques et l'accompagnement de la personne dans sa globalité. Le référentiel utilisé dans notre Centre est celui de la Tradition chinoise, ce qui permet de compléter l'approche métabolique avec une prise en compte des mouvements d'énergie dans le cadre du yin/ yang et des 5 éléments.

Du fait que corps et esprit ne forment qu'une seule entité, à cette dimension énergétique s'ajoute la prise en compte des vécus intérieurs, notamment les émotions ou les ressentis sources d'inconfort ou de souffrances. L'être humain étant complexe, un référentiel précis est indispensable, et c'est celui de la Tradition chinoise qui est utilisé au Centre, complété d'outils divers pour élargir la palette d'actions possibles. Ainsi, les différentes composantes de l'être humain sont intégrées au soin réflexologique et orientées au bénéfice de la santé et de l'équilibre global.

La formation se déroule sur 6 sessions de 36 heures (en présentiel) réparties sur un an. A l'issue de l'épreuve de fin de formation, elle permet d'obtenir le titre de **réflexologue selon la Tradition chinoise**.

### L'approche globale chère aux praticiens en soins naturels

Si la médecine est essentielle pour prendre en charge des maladies, et notamment les maladies graves, chroniques ou lésionnelles, le public est néanmoins intéressé à compléter les soins médicamenteux avec des réponses naturelles, qui prennent en compte le plan corporel, mais aussi énergétique et émotionnel. Cependant, notamment lorsqu'il s'agit d'intégrer des plans plus subtils, tels qu'éprouvés ou émotions, la démarche thérapeutique nécessite une posture rigoureuse et objectivée, qui utilise l'observation descriptive, pour éviter les interprétations ou les raccourcis personnels plus ou moins douteux.

Précisons que conformément à la législation française actuelle, la pratique de la réflexologie ne peut être assimilée à des soins médicaux ou de kinésithérapie. En effet, le réflexologue ne soigne pas des maladies, mais prend en compte le plan corporel, énergétique et psychique de la personne consultante pour l'accompagner vers une meilleure santé.

## FORMATION AUX TECHNIQUES RÉFLEXES

### 1ère année : Formation en "Techniques réflexes et liens métaboliques »

| 1ère Année   | Contenu  | Formateurs                                  | Modalités                              |
|--|--|---|--|
| <b>Session 1 :</b><br>Réflexologie plantaire<br>• <i>Toucher réflexe</i><br>• <i>Deux axes</i><br>• <i>Bassin abdomen</i>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Champs d'applications</li> <li>Projection de l'organisme dans les zones réflexes plantaires</li> <li>Histoire de la réflexologie</li> <li>Accueil et entretien, mise en place des repères de tests</li> <li>Techniques de détente et toucher réflexe</li> <li>Localisation et pratique des ZR colonne vertébrale et diaphragme</li> <li>Zones réflexes bassin et abdomen</li> <li>Zones métaboliques des troubles musculo-articulaires</li> </ul> | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 2 :</b><br>Réflexologie plantaire<br>• <i>Thorax / nuque</i><br>• <i>Uro-génital</i><br>• <i>Digestif</i><br>• <i>Cardio-vasculaire</i>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Zones réflexes thorax et nuque</li> <li>Zones réflexes uro-génitales</li> <li>Zones réflexes digestives</li> <li>Métabolisme des troubles uro-génitiaux et digestifs</li> <li>Indications, précautions et contre-indications</li> <li>Fréquence des séances et réactions aux traitements</li> <li>Déroulement d'une séance</li> <li>Analyse de la pratique</li> </ul>   | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 3 :</b><br>Réflexologie plantaire<br>• <i>Neuro-endocrinien</i><br>• <i>Lymphatique</i><br>• <i>Respiratoire</i><br>• <i>Bilan réflexologique</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Zones réflexes lymphatiques</li> <li>Zones réflexes respiratoires</li> <li>Physiopathologie des différents troubles</li> <li>Signes, symptômes et syndrome</li> <li>Elaboration du bilan réflexologique en fonction des zones métaboliques</li> <li>Analyse de la pratique</li> </ul>   | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 4 :</b><br>Développement de son activité<br>• <i>Stratégie d'implantation</i><br>• <i>Faire évoluer son activité</i>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Identification de sa singularité professionnelle et développement de ses potentiels</li> <li>Choix d'objectifs et micro-objectifs cohérents avec son identité et développement d'activité</li> <li>Repérage des attentes des différents publics et adaptation de sa proposition professionnelle</li> <li>Création d'animation</li> </ul>  | Géraldine DE RODEZ                          | distanciel en direct<br>36 heures      |
| <b>Session 5 :</b><br>Réflexologie intégrée<br>• <i>Réflexologie palmaire</i><br>• <i>Réflexologie faciale</i>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Présentation des différentes cartographies palmaires</li> <li>Manoeuvres de stimulation des zones palmaires</li> <li>Présentation des principales cartographies faciales</li> <li>Techniques de stimulation des zones faciales</li> <li>Réflexologie intégrée : indications, contre-indications et précautions</li> </ul>   | Jézabel GOUGEON                             | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 6 :</b><br>Réflexologie intégrée<br>• <i>Réflexologie auriculaire</i><br>• <i>Intégration de différentes techniques réflexes</i>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Anatomie du pavillon auriculaire, spécificités embryologiques et d'innervation</li> <li>Cartographie auriculaire : localisations des zones réflexes par appareil et 30 points spécifiques</li> <li>Pratique de traitements spécifiques</li> <li>Elaboration d'une séance en intégrant plusieurs techniques réflexes en accord avec les besoins personnels</li> </ul>  | Jézabel GOUGEON                             | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Heures de cours année 1</b>   | 6 sessions x 36 heures   |   | <b>216 h</b>                           |
| <b>Heures de travail personnel</b>   | 100 séances contrôlées et compte-rendu de suivi  |   | <b>150 h</b>                           |
| <b>Titre : Réflexologue</b>  | Examen   | Évaluatrice                                 | présentiel<br>1 heure                  |

**Coût pédagogique 1ère année :** 2900,-€ (payable en plusieurs fois).

**Dates :** contacter le centre

**Lieu :** 26190 Sainte Eulalie en Royans (à 34 minutes de la gare TGV Valence)

## FORMATION AU MÉTIER DE RÉFLEXOLOGUE SELON LA TRADITION CHINOISE

### 2ème année : Formation « Individualiser le soin pour un accompagnement global »

| 2ème Année   | Contenu  | Formateurs                                  | Modalités                              |
|--|--|---|--|
| <b>Session 1 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Le Qi et le Yin/Yang</li> <li>Les 5 éléments de la Tradition chinoise</li> <li>L'application pratique sur la santé</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Concepts de l'énergétique chinoise et du Qi</li> <li>Les 5 relations du yin et du yang</li> <li>Les déséquilibres yin-yang et des cinq éléments</li> <li>L'évolution des déséquilibres entre le yin et le yang</li> <li>L'implication en réflexologie des déséquilibre yin/ yang</li> <li>Initiation à la prise du pouls chinois</li> <li>Appréciation de la vitalité de base</li> </ul>                              | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 2 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Chacun des 5 éléments et leur implication sur la santé</li> <li>L'évolution des déséquilibres</li> <li>La recherche de zones causales</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Les structures et fonctions de chacun des cinq éléments</li> <li>Les 3 Voies de la guérison</li> <li>L'importance du Triple Réchauffeur</li> <li>Palpation des tissus plantaires yin-yang</li> <li>Signification des zones douloureuses et perturbées</li> <li>Détection des zones causales</li> <li>Les déséquilibres de chacun des 5 éléments</li> <li>Bilan réflexologique</li> </ul>                              | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | À distance en autonomie<br>36 heures   |
| <b>Session 3 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Les Souffles et leurs applications</li> <li>Les correspondances psychiques des 5 éléments selon la Tradition chinoise</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Initiation à la psychologie chinoise</li> <li>Application des Souffles, précurseurs des Esprits</li> <li>Les fonctions psychiques PO, ZHI, HUN, Yi et SHEN</li> <li>Le coupe HUN-PO : l'être physico-émotionnel</li> <li>Exercices appliquées</li> <li>Techniques de relations d'aide relevant du SHEN</li> </ul>   | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 4 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Posture professionnelle</li> <li>Sémiologie</li> <li>Démarche clinique</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ethique et déontologie</li> <li>Conduite de la relation dans un contexte de soins</li> <li>Utilisation d'un raisonnement clinique</li> <li>Repérage des ressources et des potentialités</li> <li>Conduite d'une démarche d'éducation pour la santé</li> <li>Recherche de données professionnelles et scientifiques</li> </ul>   | Jézabel GOUGEON                             | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 5 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Intégration des vécus difficiles</li> <li>Le rôle des émotions</li> <li>Communications positives</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Les émotions des cinq éléments et leurs déclinaisons</li> <li>Le rôle et les besoins de chacune des émotions</li> <li>La raison d'être des pleurs sur le système neuro-végétatif</li> <li>Création de l'alliance praticien / consultant</li> <li>Intégration du langage verbal et non-verbal</li> <li>Amélioration globale par la communication positive</li> <li>Mobilisation des ressources intérieures</li> </ul>  | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Session 6 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Repérer les croyances inhibitrices</li> <li>Favoriser un changement cognitif</li> <li>Processus de transformation</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Le coupe YI-ZHI : l'expression et l'action</li> <li>Prise en compte des sensations corporelles, de la vitalité, de la dimension émotionnelle et mentale dans le soin</li> <li>Les différentes communications et les dialogues d'ouverture</li> <li>Les mécanismes de défense face aux vécus souffrants</li> <li>Le logis des mémoires souffrantes</li> <li>Le processus de transformation de la souffrance</li> </ul> | Mireille Meunier<br>et l'équipe pédagogique | présentiel et résidentiel<br>36 heures |
| <b>Heures de cours année 2</b>   | 6 sessions x 36 heures   |   | <b>216 h</b>                           |
| <b>Heures de travail personnel</b>   | 100 séances contrôlées et compte-rendu de suivi  |   | <b>150 h</b>                           |
| <b>Total formation complète</b>  | Année 1 + année 2 + travail pratique contrôlé  |   | <b>732 h</b>                           |
| <b>Titre : Réflexologue selon la Tradition chinoise</b>  | Examen   |   | présentiel<br>1 heure                  |

Coût pédagogique 2ème année : 2900,-€ (payable en plusieurs fois)

Dates : contacter le centre

Lieu : 26190 Sainte Eulalie en Royans (à 34 minutes de la gare TGV Valence)

## LES INTERVENANTS



Née à Munich, **Mireille MEUNIER** étudie la médecine naturelle, option psychologie, en Allemagne. Après 4 années d'études, elle obtient le diplôme d'Etat de «Heilpraktiker». Elle exerce dans son cabinet et enseigne dans différentes écoles à Berlin. Installée en France depuis 1993, elle donne des consultations et propose des formations en France et à l'étranger. En 1996, elle crée et dirige la rédaction du journal *Le Point Réflexe*. Elle est à l'origine de la Fédération Française des Réflexologues dont elle a assuré la présidence de 1998 à 2000. Elle est membre d'honneur du journal de réflexologie Suisse élaboré par Isabelle Moinon.

Ses formations sont agréées par la Fondation Suisse pour les Médecines Complémentaires (ASCA) dans le cadre de l'école «Réflexe Santé». Elle publie en 1995 *Le livre de la Réflexologie Plantaire*, en 2006 le *Manuel approfondi de Réflexologie Plantaire*, en 2007 *L'énergétique chinoise appliquée à la Réflexologie Plantaire*, en 2014 le *Coffret de Réflexologie Pratique*, en 2016 le *Coffret d'anatomie et de physiologie*, en 2021 *L'accompagnement psycho-émotionnel selon la Tradition chinoise*, en 2023 *Maternité et Réflexologie*. Diplômée en médiation par l'institut de Psychologie de l'université Lumière Lyon 2 et formée à la pédagogie Montessori, elle place chacun et chacune au cœur de son expérience afin d'être acteur et auteur de ses apprentissages.

### Anthony DANET

Anthony Danet, formé à la réflexologie selon la Tradition chinoise, combine le soin à l'autre avec sa passion en arts martiaux et en yoga. Son parcours professionnel lui a permis de développer des compétences en communication et management, compétences qu'il a voulu affiner en se formant à l'accompagnement de la personne dans sa globalité, sur les plans corporel, émotionnel, mental et psychique. Inspirée par ses pratiques personnelles, sa démarche en réflexologie répond aux principes de la Tradition chinoise en accompagnant chacun et chacune vers un équilibre global.



### Jézabel GOUGEON



Initialement diplômée universitaire en sciences de la vie et en aménagement du territoire, Jézabel Gougeon s'est investie une dizaine d'années en tant que chef de projets pluridisciplinaires. Formée en réflexologie (Jacqueline Labrosse, Mireille Meunier, Madeleine Turgeon et Tony Porter), en multi-réflexologie Dien Chan (Professeur Bui Quoc Chau), elle a suivi la chaire de naturopathie de la Faculté Libre de Médecines Naturelles et d'Ethnomédecine (Dr JP Willem) et le cours d'auriculothérapie au GLEM (Dr Nogier). Depuis 2011, elle exerce en tant que réflexologue en cabinet et auprès de salariés en entreprises. Elle a par ailleurs créé le site [www.recherche-reflexologie.org](http://www.recherche-reflexologie.org), qui regroupe de nombreuses études réalisées à travers le monde.



### Géraldine DE RODEZ

Géraldine De Rodez a eu une première activité dans la finance pour se reconverter en soins naturels. Elle se forme durant deux ans en réflexologie vertébrale, réflexologie viscérale, réflexologie combinée et complète ses connaissances en intégrant l'énergétique chinoise à la réflexologie. Elle intervient en structures hospitalières pour le mieux-être et la qualité de vie au travail, ainsi qu'en EHPAD, associations et entreprises dans le nord de Lyon et le Val de Saône. Installée dans un cabinet pluridisciplinaire, elle reçoit en cabinet privé.

### Michel DHELIN

Concepteur de logiciels paramédicaux (DL1 [www.dl1.fr](http://www.dl1.fr)), créateur du Grand Annuaire des Réflexologues ([www.reflexologue.info](http://www.reflexologue.info)), éditeur de "La Lettre du Réflexologue », Michel Dhélin sera votre conseiller informatique et logiciel. Le logiciel ReflexoPRO est le fruit d'une collaboration étroite avec des réflexologues recherchant un moyen actuel et professionnel de se doter d'un outil performant permettant de renforcer la qualité des soins prodigués.



**AVEC LE PLAISIR DE VOUS RENCONTRER  
PROCHAINEMENT !**