



**7 AVENUE STEPHANE MALLARME
75017 PARIS
SIRET 59200583900010**

PROGRAMME FORMATION

Dates : Jeudi 6 novembre 2025

Formateur : Nathalie Lafforgue

Esthéticienne, Expert en réflexothérapies combinées, formatrice.

Titre : Initiation à la réflexologie Plantaire Esthétique

Durée : 1 jour - 7 heures

Type de formation : Présentiel collectif

Descriptif du protocole - Objectifs

Lors de cette formation, vous apprendrez les gestes simples en réflexologie plantaire esthétique afin de proposer une nouvelle prestation et enrichir votre carte de soins.

La réflexologie plantaire est apparue 2000 ans avant JC dans les « 4 coins » du monde.

C'est une technique d'observation et de stimulation des zones dites réflexes où l'on retrouve le plus grand nombre de terminaisons nerveuses.

Une zone réflexe est la représentation dans le cerveau d'une partie du corps, d'un organe ou d'une glande.

Le travail consiste à effectuer une stimulation mécanique, avec les doigts, des zones réflexes afin d'envoyer une information électrique via des terminaisons nerveuses épidermiques vers le système nerveux central. Le cerveau reçoit l'information et la renvoie à la partie du corps concernée dans un objectif de régulation afin de rétablir l'homéostasie qui est l'équilibre de l'ensemble des systèmes du corps.

Grâce aux bienfaits de la réflexologie plantaire, optimiser le lâcher prise, la détente, la relaxation... lors de vos soins.

La réflexologie plantaire travaille le corps dans sa globalité et l'aide à se rétablir par ses propres moyens mais aussi d'être plus fort pour ne pas se dérégler à nouveau. Elle agit surtout sur du long terme.

Objectifs pédagogiques

- Connaître la définition de la réflexologie
- Connaître les différentes techniques de réflexologie
- Connaître l'histoire de la réflexologie
- Connaître les contre-indications
- Connaître l'anatomie du pied
- Connaître les schémas lignes transverses et longitudinales plantaire
- Parfaire le toucher et maîtriser les différentes techniques de travail
- Être capable d'utiliser la réflexologie plantaire esthétique dans une démarche de détente et de bien-être

Public et pré-requis

Aucun prérequis n'est nécessaire. Cette formation est accessible aux professionnels de l'esthétique, de la beauté et du bien-être, aux professionnels de santé, ainsi qu'aux personnes en réorientation professionnelle.

Déroulement pédagogique

- Présentation des participants et de leurs antécédents en esthétique
- La définition de la réflexologie
- L'histoire de la réflexologie
- Les différentes techniques de réflexologie
- Les champs d'application
- Les contre-indications
- Les différentes zones pieds / lignes transverses et longitudinales

- Les techniques manuelles de travail
- Savoir placer et travailler les zones réflexes des différents systèmes du corps
- Apprentissage du protocole
- Questions-Remarques.
- Remise des attestations

Modalités techniques et pédagogiques

La formation est théorique et pratique.
 Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par le formateur.
 Du matériel professionnel est mis à disposition lors de la formation
 Remise d'un support de formation.
 Pratique en binôme et mise en situation pratique individuelle.

Suivi et moyens d'évaluation

Une grille d'évaluation individuelle permet d'évaluer chaque stagiaire en préalable de l'entrée et en fin de formation.
 Des ateliers pratiques tout au long de l'apprentissage ainsi qu'une mise en situation pratique individuelle en fin de formation permettent par ailleurs de valider l'acquisition des compétences techniques et pratiques du stagiaire.
 Une attestation de suivi de formation est remise à chaque stagiaire en fin de formation.

Indicateurs de résultats

En raison de sa nouveauté, il n'existe pas encore de taux de satisfaction.

Tarif

Le prix de la formation est de 250 €.

Le tarif indiqué comprend :

- La formation de 7 heures
- La délivrance d'une attestation de formation en fin de formation
- La remise d'un support papier.

Le petit déjeuner vous est offert. Le déjeuner reste à la charge du stagiaire.

Inscription / Financement

Cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge intégrale ou partielle auprès des organismes collecteurs auxquels vous cotisez annuellement : FAFCEA, FORMIRIS, AGEFICE, OPCO EP, FAFIH, FIF PL...

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 53507 75.
 Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.**

Pour faciliter le financement de votre formation, un paiement en 2, 3 ou 4 fois (sans frais) est possible sur simple demande. Contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 pour plus d'informations.

Pour recevoir un bulletin d'inscription, contactez Alexandra par email : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Pour régler votre formation :

- Paiement en ligne par carte bancaire – 100 % sécurisé.
- Paiement par chèque, accompagné du bulletin d'inscription dûment complété.
- Paiement par virement. Pour recevoir notre RIB IBAN : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Modalités et délais d'accès

Le stagiaire est considéré inscrit après validation de l'entretien avec la responsable de formations.
 L'inscription à la formation peut être effectuée à tout moment, selon les places restant disponibles*.

*NB : Effectif minimum : 6 stagiaires - Effectif maximum : 12 stagiaires

Lieu & Accès

Siège Social

Les Nouvelles Esthétiques Spa
7 avenue Stéphane Mallarmé
75017 Paris

Sortie périphérique : Porte Champerret

Métro 3 : Porte Champerret
RER C : Gare de Pereire Levallois
BUS : 84, 92, 93, 164, 165, PC

Besoin d'un hôtel ? Nous sommes partenaires de l'hôtel Héliopolis de la Porte Champerret. Pour réserver en ligne, cliquez ici <https://champerret-heliopolis-paris-hotel.com/fr/> ou contactez Thierry au 01 47 64 92 56 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

Besoin d'un resto ? Notre restaurant partenaire : La Chope Champerret, 143 Av. de Villiers, 75017 Paris. Demandez Yannick au 01 43 80 80 64 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

Accessibilité aux personnes handicapées

Dans le cadre de nos formations, nous pouvons accueillir des personnes présentant un handicap. Suivant la forme et la nature de ce dernier, nous sommes en mesure de vous proposer des adaptations. Afin de répondre au mieux à votre demande nous vous invitons à nous contacter directement par email à l'adresse suivante alexandra@nouvelles-esthetiques.com ou par téléphone au 01 43 80 71 21. Si vous avez besoin d'une compensation ou adaptation pour le contenu, les supports, le « lieu », le matériel utilisé, les horaires, le rythme, nous sommes à votre écoute.

Horaires

Ouverture de la salle de formation : 9 h 15

Début de la formation : 9 h 30
Pause déjeuner : 13 h 00 à 13 h 30
Fin de la formation : 17 h 00

Contact

Pour tout renseignement sur la formation, aide à la constitution de votre dossier de prise en charge ou validation de votre inscription, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 - par email : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Pour la sécurité de notre clientèle, notre centre de formation respecte les mesures sanitaires en vigueur (cf. gouvernement).

Réclamation

Pour toute réclamation, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 – par email : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

les nouvelles
esthétiques
Spa
7 av. Stéphane Mallarmé
75017 Paris
tél. : 01 43 80 71 21 – Fax : 01 43 80 83 63
www.nouvelles-esthetiques.com

Guilho Alexandra
Responsable Formations

Mise à jour le 16 juin 2025