

### Module 0:

- Présentation de la plateforme, du formateur et test d'évaluation des connaissances 10min

### Module 1 :

- Evaluation du niveau de connaissance des participants : QCM 10min

### Module 2 :

- Réflexologie : définition et histoire 30min

### Module 3:

- Le squelette et l'appareil locomoteur
- L'appareil urinaire
- Le système digestif
- L'appareil cardiovasculaire
- Le système respiratoire
- L'appareil génital
- Le système endocrinien
- Les organes des sens
- Le système nerveux 30min

### Module 4 :

- Le toucher : le sens le plus important de l'homme
- Le massage fait partie de l'hygiène de la vie quotidienne
- Le massage : un éveil des sens 30min

### Module 5:

- Choix de l'espace
- Choix de l'environnement et de l'ambiance
- Choix des produits et du matériel à utiliser
- Questionnaire sur les besoins de la personne 30min

### Module 6 :

- La rotation du pied
- Le lissage relaxant
- Le massage du métatarse
- Le lissage de la ligne centrale
- L'étirement du pied
- La vrille alternée des deux paumes
- Tension-étirement du pied
- L'étirement et la rotation des orteils
- La relaxation du pied et de la jambe
- La relaxation respiratoire 30min

### Module 7:

- Protocole réflexologie plantaire en image 30min

### Module 8:

- Les huiles essentielles pour la détente: les esthers
- Les huiles essentielles contre la douleur : les aldehydes
- Les huiles essentielles pour la detox : les monoterpènes
- Choix des huiles végétales de massage

30min

### Module 9:

- Test d'évaluation des acquis

10min

**Durée : 4h00**