



Centre de formation  
Réflexologie Intégrative®

## INTRODUCTION A LA LECTURE TOPOGRAPHIQUE DU PIED



7h de formation,  
100% visio !



Une journée complète pour comprendre ce que le pied révèle d'un individu en relation avec son monde — approche vivante, dynamique et orientée vers l'autonomie.

DATE ET DURÉE :

Le samedi 26 septembre 2026

Matin 9h30–12h30 · Après-midi 13h30–17h30

TARIF :

120€, Tarif préférentiel pour les participants souhaitant poursuivre avec la formation complète.

MODALITÉS : VISIOCONFÉRENCE

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

À l'issue de cette séance, vous aurez les premiers repères pour lire un pied comme une histoire qui se raconte...

1/ Comprendre le fondement de la lecture topographique. Saisir la différence entre une carte réflexe anatomique et une lecture dynamique du pied — non pas une vision figée de ce que la personne est, mais la lecture d'une relation vivante entre un individu, son histoire, son corps et le monde dans lequel il se déplace, au sens propre comme au sens symbolique.

2/ Identifier les formes du pied et les grandes lignes de forces qu'elles incarnent. Ce qu'elles révèlent d'un individu en relation avec son monde.

3/ Adopter une posture de lecture non réductrice. Observer sans figer.

4/ Distinguer l'état du moment et rester sensible au contexte, à l'émotion du moment, et que c'est précisément sa richesse.

## INTERVENANT :

Estelle EDEN. Réflexologue depuis 1993 et formatrice depuis 2006. Diplômée d'un master Bioéthique à l'université de Nantes. 30 ans d'expertise, Estelle Eden accompagne les praticiens dans une pratique réflexologique enracinée, éthique et attentive à la singularité de chaque personne.

## PUBLIC CONCERNÉ :

- Praticiens en réflexologie débutants ou en cours de formation
- Professionnels de santé ou du bien-être souhaitant intégrer la réflexologie à leur pratique
- Thérapeutes et accompagnants (psychocorporels, ostéopathes, kinésithérapeutes...)
- Toute personne curieuse de comprendre ce que le pied révèle du corps vécu

## PRÉ-REQUIS :

Aucun prérequis en réflexologie n'est nécessaire — cette séance est une introduction

- Intérêt pour le corps, la relation d'aide ou l'accompagnement
- Disposer d'une connexion internet stable et d'un ordinateur ou tablette avec caméra

## MODALITÉS D'ÉVALUATION : QCM

## ACCESSIBILITÉS :

## INTERVENANT :

Estelle EDEN. Réflexologue depuis 1993 et formatrice depuis 2006. Diplômée d'un master Bioéthique à l'université de Nantes. 30 ans d'expertise, Estelle Eden accompagne les praticiens dans une pratique réflexologique enracinée, éthique et attentive à la singularité de chaque personne.

## PUBLIC CONCERNÉ :

- Praticiens en réflexologie débutants ou en cours de formation
- Professionnels de santé ou du bien-être souhaitant intégrer la réflexologie à leur pratique
- Thérapeutes et accompagnants (psychocorporels, ostéopathes, kinésithérapeutes...)
- Toute personne curieuse de comprendre ce que le pied révèle du corps vécu

## PRÉ-REQUIS :

Aucun prérequis en réflexologie n'est nécessaire — cette séance est une introduction

- Intérêt pour le corps, la relation d'aide ou l'accompagnement
- Disposer d'une connexion internet stable et d'un ordinateur ou tablette avec caméra

## MODALITÉS D'ÉVALUATION : QCM

**UNE EXPERTISE DE PLUS DE 30 ANS,  
UNE FORMATION QUI PENSE LA RÉFLEXOLOGIE  
COMME UN ACCOMPAGNEMENT BIOPSYCHOSOCIAL  
ET ÉTHIQUE**

Cette formation se déroule entièrement en visioconférence et est accessible depuis tout lieu disposant d'une connexion internet. Pour toute situation de handicap ou besoin d'adaptation spécifique (sous-titrage, support adapté, aménagement du temps), merci de nous contacter avant votre inscription afin de trouver ensemble les meilleures conditions d'accueil. Contact :

[secretariat.integrative@gmail.com](mailto:secretariat.integrative@gmail.com) — nous étudions chaque demande avec attention.

# Programme

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les principes, l'histoire et les principales théories de la réflexologie plantaire.
- Maîtriser la cartographie précise des zones réflexes du pied et leurs liens avec les différents systèmes du corps.
- Acquérir un protocole complet de séance, du bilan à l'accompagnement, en passant par l'adaptation des techniques aux besoins de la personne.

## CONTENU DE LA FORMATION

7 heures structurées pour poser les fondements — apports théoriques, temps d'échange et exercices pratiques guidés.

- Situer la lecture topographique des pieds dans l'accompagnement en réflexologie.
- Identifier les formes du pied et les grandes lignes de forces qu'elles incarnent, ce qu'elles révèlent d'un individu en relation avec son monde.
- Repérer nos préférences dominantes à partir d'une analyse globale des pieds afin d'éclairer ce qui fait l'individualité d'une personne.
- Identifier en quoi ces caractéristiques influencent la façon dont l'individu entre en relation avec son monde.
- Proposition des 4 typologies de base pour adapter la posture d'accompagnement et les conseils à différents profils de personnes accompagnées, dans une perspective de soutien à l'autonomie.

## MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

**Moyens :** En visio de groupe et salles plus petites.

**Méthodes :** Alternance de temps théoriques et études de cas. Méthode active et participative.

Travail en binôme qui permet de privilégier la pratique et de superviser la précision technique.

# Conditions d'inscription

- Inscription validée à réception du règlement (virement ou chèque)
- Lien Zoom et support de séance envoyés 48 h avant la formation
- Annulation gratuite jusqu'à 7 jours avant la date ; au-delà, report possible sur une prochaine session
- En cas d'annulation de la séance par le Centre de Formation Réflexologie Intégrative, intégralité du règlement remboursée
- Une convention de formation individuelle est fournie sur demande (auto-financement ou OPCO)
- Un effectif minimum est requis pour le maintien de la session — précisé lors de la confirmation d'inscription



Le 4 juillet 2026  
de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30  
Lieu : Lien Zoom

**INSCRIPTION : [secretariat.integrative@gmail.com](mailto:secretariat.integrative@gmail.com)**

Un dossier d'inscription vous sera transféré.

N° DÉCLARATION ACTIVITÉ FORMATION : 52440576444

N° SIREN : 483849451

QUALIOPFI : 2022/98970.2

248, La Fresnay 44 170 TREFFIEUX

[ssecretariat.integrative@gmail.com](mailto:ssecretariat.integrative@gmail.com)

<https://www.reflexologie-integrative.fr>

