



**Alexandra LEMERCIER**  
**Relaxologue - Réflexologue RCNCP** <sup>(1)</sup>  
**Intervenante Prévention et Gestion du Gestion en milieu éducatif,**  
**Certification RS 3713** <sup>(2)</sup>  
**Formatrice, Certification RS 5134** <sup>(3)</sup>

Adresse professionnelle : 6 rue Joffre, 57100 THIONVILLE  
Siège social : 20 rue des Lilas, Le Konacker, 57700 Hayange  
Téléphone : 07.69.14.06.14  
Email : [lesmainsdelareflexo@gmail.com](mailto:lesmainsdelareflexo@gmail.com)  
Site : [www.reflexo-by-alexandra](http://www.reflexo-by-alexandra)

- **Présidente de l'association des Réflexologues RCNCP**
- Secrétaire de l'association FFER – Fédération Francophone des Praticiens et Enseignants en Réflexologie
- Membre du Comité de recherche - Centre de formation Elisabeth Breton
- Membre du réseau praticien interne de l'Agence des Médecines Complémentaires Adaptées

---

## MES PARTICIPATIONS AUX CONGRES ET COMITE DE RECHERCHE

---

- Congrès NPIS (Communication poster)
- Congrès GETCOP (Communication posters)
- Participation au sein du Comité de recherche réflexologie du Centre de formation Elisabeth Breton
  - ✓ Etude observationnelle « *Etude sur l'apport de la réflexologie dans le degré d'exposition au burnout et dans l'amélioration de la symptomatologie du burnout* »
  - ✓ Essai clinique sur « *L'apport de la réflexologie dans la prise en charge des troubles fonctionnels intestinaux et dans l'amélioration de la qualité de vie* ». Aval du Comité de Protection des Personnes – référence N°1841.

---

## MES EXPERIENCES

---

### Partenariat :

\* Ateliers de prévention et de sensibilisation à distance en visioconférence avec La Mutuelle Familiale France

\* Journées de prévention avec La Mutuelle Familiale Région Lorraine  
- Stress et mal de dos, Thionville (57)  
- Maladies cardiovasculaires, Stress et sommeil, Briey (54)

\* Association Les Courbes de Lorraine pour les Miss Curvy Lorraine et chargé de mission Miss Curvy France

### Conférence :

« Le stress, le cœur et la réflexologie » lors de la Semaine du Cœur ; Club Cœur et Santé, Thionville (57) – Fédération Française de Cardiologie

### Collaborations :

- \* PCPE de l'AEIM-54 (Adultes Enfants Inadaptés Mentaux)
- \* Téléthon Moselle-57

### Interventions en milieu éducatif :

- \* Sensibilisation à la prévention et gestion du stress – relaxation en primaire, collège, lycée pour les élèves et pour les professeurs des écoles et enseignants du secondaire.
- \* 3ème année école infirmière, ISFI, Briey (54)

---

## **MES FORMATIONS**

---

- 2024 – Perfectionnement Techniques Réflexes du dos - Centre de formation Elisabeth Breton.
- 2022 - <sup>(3)</sup> Certification Professionnelle formatrice, fiche enregistrée au Répertoire Spécifique n° 5134
- 2021 - Destresse et Progresse<sup>®</sup>, Sonia Lupien, Centre d'études sur le stress humain – Montréal (Canada)
- 2020 - Méthode Acupression Auriculaire enseigné par le Dr Yves Rouxville au centre de formation Elisabeth Breton, Versailles
- 2019 - Relaxation de groupe – Ecole Européenne de Bien Être – Paris
- 2019 - <sup>(2)</sup> Certification en intervention en prévention et gestion du stress en milieu éducatif - 1ère certifiée en France - FICHE INVENTAIRE N°3713 <http://inventaire.cncp.gouv.fr/fiches/3713/> - Centre de formation E. Breton
- 2018 - Formation VRT – Vertical Reflexology Therapy – Lynne Booth, Provence
- 2017 - <sup>(1)</sup> Titre RNCP – Réflexologue (*Titre Répertoire National des Certifications Professionnelles*)
- 2016 - Certificat professionnel : Relaxologue, Réflexologue, Professionnelle de la gestion du stress ; Ecole Élisabeth Breton, Versailles