

Massages bien être: découvrir et pratiquer l'art du massage

Financement

Formation professionnelle continue
Financement individuel

Organisme responsable et contact

PÔSE

Stéphane TISCHENKO
06.23.49.38.73
stephane@tischenko.fr

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Dossier
Entretien

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

Aucun niveau de connaissances préalables est nécessaire pour suivre au mieux l'action de formation susvisée et obtenir les connaissances et compétences auxquelles elle prépare. Cependant, le stagiaire est informé que lors d'un entretien préalable à son intégration à la formation, sa participation sera validée ou non en fonction de ses motivations, objectifs et disposition personnelle à la bienveillance et respect de l'autre dans un groupe de travail sur l'humain.

Prérequis pédagogiques :

Les moyens pédagogiques : La formation utilisera des méthodes d'apprentissage essentiellement pratiques : les participants réalisant les massages les uns aux autres. Cela sera entrecoupé d'espaces d'échanges en cercles de parole ou en binôme, des exercices s'appuyant sur un travail de positionnement sur soi et vers l'autre : Sophrologie, expression corporelle, PNL, ... La formation permettra à chacun de faire un travail de développement personnel : Émotionnel, corporel, lâcher prise, prise de conscience... Un travail du corps vers l'esprit et de lien entre le praticien et le receveur. Les modalités de contrôle de connaissance : Au regard de chaque formation, les stagiaires recevront une évaluation sur une grille fournie au niveau I qui permettra à chacun de connaître les points importants d'un massage bien être. Cela lui permettra son auto évaluation. Le formateur livrera ses impressions et ses conseils pour continuer à progresser. Un document d'attestation et son évaluation de fin de cursus sur les 4 niveaux sera remis. Une feuille d'émargement sera signée par chaque stagiaire. Elle permet à l'organisme de formation de vérifier la présence des stagiaires demi-journée par demi-journée. Une copie de cette feuille sera remise à un éventuel tiers participant au financement de la formation.

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Formation réalisée en 4 ateliers de 3 jours en immersion de 21h soit 84h Apprendre à se positionner et utiliser les outils Apprendre les techniques de bases Apprendre les massages de bases: Californien, Suédois, Relaxation coréenne, Energies de vie ... Construire un massage sur une partie ou tout le corps Savoir accueillir la demande et respecter le besoin Connaître les possibilités de relaxations possibles sur les axes : Émotionnel, Lâcher prise, Physique et mental. Savoir varier et proposer un massage intuitif mélangeant plusieurs technique. Se faire confiance et être soi même dans son savoir faire et savoir être de praticien massages

Contenu et modalités d'organisation

Programme Stage Niveau I : Initiation 21H • Accueil et présentation du stage. Tour de présentation de chacun • Description des objectifs à atteindre à l'issue des 3 jours • Les huiles, les accessoires, la musique, les odeurs, • Se positionner sur un massage sur table ou au sol. • Explorer le corps, et chercher l'être • Définir la sensualité et le lâcher prise • S'ancrer, libérer, doser • Se synchroniser avec la respiration, les mouvements • Varier les rythmes, les pressions • Techniques de base : Le lissage, tapotements, pressions, palpé roulé, ... • Massages de base différentes : Suédois, californien, • Massage à 4 mains • Savoir accueillir, mettre en place, réaliser et terminer • Debriefing de fin avec tour de ressenti de chacun. • Rédiger ses impressions et notes dans son carnet d'évaluation Stage Niveau II : Construire et Harmoniser 21H • Accueil et présentation du stage. Retour d'expérience depuis le niveau I • Révision des techniques • Travail sur des parties du corps • Massage sur tout le corps • Poser les mains et écouter la respiration, les vibrations • Technique du massage du ventre • Relaxation coréenne et l'état Alpha • La fluidité et la synchronisation • Massage à 4 mains • Debriefing de fin avec tour de table. • Rédiger ses impressions et notes dans son carnet d'évaluation Stage Niveau III : Créer le lien 21H • Accueil et présentation du stage. Retour d'expérience depuis le niveau II • Révision des techniques • La fluidité et la synchronisation • Se faire confiance et laisser libre son intuition • Technique du massage du ventre • Techniques des énergies de vie • Relaxation coréenne et l'état Alpha • Connaître les besoins et se servir des techniques de façon intuitive • Chercher à libérer ses intentions et construire son massage. • Définir la sensualité • Définir l'énergie de vie • Debriefing de fin avec tour de table. • Rédiger ses impressions et notes dans son carnet d'évaluation Stage Niveau IV : Trouver son identité 21H • Accueil et présentation du stage. Retour d'expérience depuis le niveau III • Révision des techniques • S'autoriser à proposer et expliquer son intention • Intuition, Intention, Écoute, variation • Techniques des énergies de vie • Les corps subtils • Construire son propre massage bien être • Oser, libérer ses

...

Durées de la formation *84h en cours du week-end *84h en cours du jour

Commentaires sur la durée hebdomadaire Possibilité de suivre la formation en 10 mois ou à son rythme en espaçant de plus de 3 mois entre chaque modules suivant dates des ateliers.

Parcours de formation personnalisable ? Oui Type de parcours Mixte

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Possibilité de continuer à acquérir les techniques de massages complémentaires ou en perfectionnement en suivant d'autres ateliers. Possibilité de réaliser une formation reconnue au RNCP dans le métier de " masseur bien être et spas"

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF
00211385	du 01/01/2020 au 31/12/2021	Saint-Jean-de-Liversay (17)	PÔSE	Entrée en formation à tout moment sur la période	Non éligible