

Nos formations en Massages



Adresse postale : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes

Contact : contact@lemniscate-processus.com

Tel : 04 66 26 16 83

Tel : **06 67 57 98 58**

Découvrez nos formations en massage bien-être

*Notre offre formation est en évolution constante. Nous souhaitons nous adapter au mieux aux besoins de nos futurs élèves et proposer une formation de qualité, tout en respectant la philosophie de notre école : intégrer le massage dans une philosophie globale, qui vise à développer **le centrage, un positionnement intérieur juste, une attitude d'écoute neutre.***

Notre École est un organisme de formation détaché, vous pouvez demander un financement auprès de votre OPCO.



En cas de financement perso, une réduction de 25% est applicable sur le tarif.

*Afin de cibler au mieux de vos besoins en terme de formation, n'hésitez pas à contacter Cathy au **06-67-57-98-58**, ou nous adresser un courriel.*

Au plaisir de vous accueillir,

Pour LEMNISCATE PROCESSUS - CONTACT & CARE

Cathy MAUGUIN - Responsable Adm. & formatrice Formation Massage

06 67 57 98 58 ou 04-66-26-16-83

cathy@le-jardin-interieur.com

PRATICIEN(NE) EN MASSAGE BIEN-ETRE – SOCLE

DUREE ET COUT DE LA FORMATION

Durée : du 01/01/2022 au 31/12/2022

Nombre d'heures : 224 - **Nombre de jours** : 32

+ 100h de pratique personnelle



Coût pédagogique forfaitaire : 5320€ (à rajouter Adhésion à la FFMBE : 15€)

Si financement perso : -25%, soit 3990€

Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-05469-34 - Formation certifiante FFMBE

PUBLIC VISE ET PREREQUIS

- **Public visé** :
 - Public à la recherche d'outils complémentaires aux métiers à caractère paramédical, esthétique, social (handicap), sportifs,...
 - Personnes désireuses de devenir praticien en massage -bien-être
 - Personnes souhaitant acquérir une technique solide dans les métiers des thérapies manuelles
- **Prérequis** :
 - Aucun pré-requis n'est nécessaire.
 - Profession paramédicale, secouristes, pompiers [...], nous contacter : vous pouvez être dispensés de certains modules

OBJECTIFS ET COMPETENCES A ATTEINDRE

Former et certifier des praticiens(nes) en massage bien-être, apporter un éclairage énergétique sur le massage, acquérir un positionnement effectif dans la pratique spécifique à notre école.

Concevoir et mettre en œuvre une séance de massage bien-être.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES ET CONTENUS DE LA FORMATION

Module DETENTE BASE et APPROFONDISSEMENT, avec Aymeric LOUTREL ou Catherine MAUGUIN - 9 jours – 63 heures

- Ancrer la bonne posture : intégrer une pratique corporelle (Qi gong, Tai chi chuan)
- Mesurer l'intérêt du contact, du silence, du regard, qui sont des indicateurs de la disponibilité intérieure
- Intégrer ces dimensions en soi afin de pouvoir les incorporer dans les gestes prodigués
- Acquérir le savoir-être et la déontologie du masseur
- Acquérir différentes techniques de massothérapie (effleurage, pétrissage, mobilisations, étirements, rythme du massage, ...), en connaître les bienfaits et savoir les adapter en fonction des besoins du massé
- Intégrer un protocole de massage générateur de détente et anti stress, d'une partie du corps ou de tout le corps, d'une durée d'1h à 1h30
- Acquérir le savoir-faire technique de ce massage et développer une écoute permettant la prise en compte des besoins spécifiques de la personne

Module REFLEXE, avec François LOUTREL - 3 jours – 21 heures

- Approfondir la lecture du corps pour déceler des symptômes en fonction des zones réflexes
- Appréhender la peau comme un organe et comprendre ses multiples fonctions
- Développer l'art du contact et la présence à l'autre
- Apprendre à masser sans fatigue : en respectant des règles posturologiques de confort
- Développer les compétences sensibles favorisant la détente physique, mentale et émotionnelle du massé
- Donner à l'élève une compréhension du corps vivant

Module Assis-habillé sur chaise, avec Marlène BOLLUDA 4 jours - 28 heures

- **Acquérir les bases (2 jours – 14 h)**
 - ✓ Apprendre à se placer intérieurement afin de pouvoir poser les gestes attendus
 - ✓ Connaître les techniques de pression issues de l'énergétique traditionnelle chinoise
- **Perfectionnement : savoir adapter la technique à l'environnement et à la durée selon les besoins (2 jours – 14 h)**
 - ✓ Développer une écoute permettant la prise en compte des besoins spécifiques de la personne
 - ✓ Apprendre un protocole adaptable :
 - Selon les attentes en matière de durée (temps disponible)
 - Générateur de détente et anti-stress
 - Intégrant les différentes parties du corps

• **Mise en situation : savoir créer un espace détente lors d'un évènement**

- ✓ Savoir créer un espace de détente en milieu professionnel, événementiel, ou autre
- ✓ Savoir accueillir le client, l'accompagner durant le massage, et mettre fin à l'échange
- ✓ Savoir gérer son temps

Module SHIATSU, avec Patrick JOUBERT - 3 jours – 21 heures

- Intégrer les techniques du protocole de massage de l'énergétique traditionnelle chinoise selon les grands principes du Shiatsu
- Éducation et éducatifs à la pression (apprendre à amener le poids avec son centre pour exercer la juste pression)
- Exercices de préparation du corps pour le travail au sol
- Pratiquer le massage depuis la position au sol, travail du centre (du tam-tiem ou du hara, termes selon les traditions)
- Apprentissage des "Katas", enchaînement de mouvements pour acquérir une autonomie suffisante de pratique pour une séance complète
- Savoir exercer les techniques de pression sur les points clefs des méridiens d'acupuncture et hors méridiens.

Module INTERACTIF, avec François LOUTREL - 3 jours – 21 heures

- Apprendre à interagir avec le massé pour permettre l'expression du mouvement spontané du corps
- Adapter l'accompagnement du massé en fonction de son tempérament
- Prendre en compte la respiration du massé
- Intégrer des manœuvres dynamiques et participatives afin de libérer les tensions du dos
- Intégrer les notions de focalisations sensorielles multiples
- Acquérir des manœuvres de somato-thérapie et de fascia-thérapie

Modules Enseignements fondamentaux - 6 jours – 42 heures

- **Acquérir les bases fondamentales en anatomie, biomécanique, physiologie (2 jours / 14h)**
 - Connaître les éléments d'anatomie et de physiologie nécessaires à la cohérence d'un massage et à la gestion des contre-indications.
 - Comprendre les interactions entre le fonctionnement des différents systèmes et la structure dans son ensemble
- **Posture / centrage du praticien (2 jours / 14h)**
 - Positionnement du praticien – cadre déontologique - Intégrité
 - Être capable d'écoute active et d'empathie. Accueillir et agir avec bienveillance
 - Savoir se préparer, physiquement et intérieurement pour une séance de massage
- **Energétique chinoise (2 jours / 14h)**
 - Entretenir une pratique corporelle et énergétique pour soi
 - Approche globale de l'énergétique chinoise
 - Le massage en fonction des saisons
 - Les méridiens et points d'acupression à connaître

Module Cadre /Installation/Communication - 2 jours – 14 heures

- Cadre de pratique
- Positionner sa pratique professionnelle et construire une offre de MBE
- Construire une offre et savoir positionner son offre de massages parmi l'ensemble des techniques de massage.
- Aménager un lieu, accueillir et exercer en conformité avec la réglementation et la déontologie spécifiques au MBE.

Module Certification/ Fin de cycle - 2 jours – 14 heures

MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE

Moyens pédagogiques :

- Document pédagogique remis à l'apprenant (e) :
 - livret pour chaque module massage
 - Livre Massothérapie clinique (anatomie et traitement)
- Les apports théoriques sont complétés par
 - Schémas sur paperboard
 - Supports anatomiques : squelette, crâne, planches descriptives



Les formations Lemniscate Processus[®] sont dispensées par des formateurs professionnels de santé et des métiers du bien-être.

Moyens techniques :

- Salle équipée de table et chaises,
- Paperboard,
- Vidéoprojecteur
- Tables et chaise de massage

Responsable d'encadrement : François LOUTREL, masseur kinésithérapeute, acupuncteur, ostéopathe, formateur d'enseignant de Tai Chi Chuan et psycho-énergétique chinoise, formateur en massage depuis 1986.

Personne en charge des relations avec les stagiaires : Catherine MAUGUIN (responsable formation MBE cathy@le-jardin-interieur.com / 04 66 26 16 83)

MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS

Suivi de l'exécution :

- Feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journée,
- Attestation de fin de formation

Appréciation des résultats :

Adresse postale : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes – 04.66.26.16.83
N° Siret : 441 230 497 00014 - Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-05469-34

Évaluation Formative :

- Les stagiaires sont invités à mettre en œuvre dès que possible la pratique du massage. Ils peuvent suite à la session suivante faire part de leurs interrogations et commentaires afin d’aller plus loin dans leur compréhension et pratique
- Le travail en binôme y contribue également
- Travaux pratiques et mise en situation lors de chaque week-end massage : le dimanche après-midi est consacré à une évaluation thématique selon l’objectif du module

Évaluation sommative :

- Évaluation de fin de formation sous forme de QCM
- Massage supervisé par le formateur
- Remise d’un mémoire par l’élève
- Questionnaire de satisfaction des stagiaires

ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT DE LA FORMATION

- **Type de formation :** Inter-entreprises, intra
- **Nombre maximum de stagiaires :** 14

- **Durée totale de la formation :**
- 32 jours – 224 h
- de 9h30/12h30 – 14h30/18h30

- **Rythme :** modules de 2 ou 3 jours (du vendredi au dimanche) répartis sur l’année
- **Mode d’organisation pédagogique :** présentiel
- **Lieux de formation :** à Marguerittes (Nîmes-ouest) et Montpellier