Programme de la formation
Praticien massage assis en toucher massage®

Description courte :

Proposer des séances individuelles personnalisées de massage assis pour intervenir en entreprise et en événementiel s'appuyant sur une technique adaptable (durées, lieux, publics…) et créative.

- Massages assis en pression sur chaise ergonomique
- Détentes express à pratiquer en position debout, sur chaise « classique » et en appui sur une table de type bureau (avec ou sans support d'appui)
- Massage du dos à l'huile sur chaise ergonomique
- Apprentissage de protocoles selon différents timings de 5 mn à 20mn

Pré requis :

Aucun pré requis

Dates, durée :

Les dates sont définies en accord le donneur d'ordre ou selon le calendrier de l'organisme de formation

6 jours soit 42h (possibilité de moduler les formats journées en 3j +2j+ 1j ou 5j+1j)

Profil, nombre de participants, modalités :

- De 4 à 10 participants en présentiel dans des locaux aux normes en vigueur
- Salarié en poste, demandeur d'emploi, particulier, indépendant et dirigeant, agent de la fonction publique
- Personne majeur en projet d'installation ou en reconversion professionnelle
- Praticiens en massages bien être, relaxation, yoga…souhaitant compléter leurs compétences par le massage sur chaise ergonomique
- Professionnels de la santé, de pratiques corporels et/ ou artistiques, du sport

Tarif :

A partir de 1160€ par participant Non assujettis à la TVA

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État
MAJ Janvier 2025

Objectif :

Cette action a pour objectif de :

Transmettre une « boite à outils » afin de réaliser des séances de massages assis sur chaise ergonomique adaptées aux personnes et aux situations rencontrées, en entreprise, en évènementiel et dans un cadre professionnel

Les objectifs détaillés d'apprentissage sont :

- Des protocoles de diverses durées et intentions (apaisantes, dynamisantes…)
- Des apports théoriques sur la détente et les bienfaits d'une séance de massage assis
- L'adaptation aux différents profils de personnes massés (handicaps, grossesse, personnes âgées, enfants)
- Notion de communication

Aptitudes et compétences visées/ attestées :

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Pratiquez de façon autonome la technique de massage assis et ses variantes sur chaise ergonomique
  - Construction fluide et complète d'une séance de massage assis de durée variable
  - Adaptation de la technique et du matériel aux handicapes, aux femmes enceintes, aux personnes âgées, aux enfants
  - Détente d'express en position debout, sur chaise classique et en appui sur une table de type bureau
  - Variante du massage du dos à l'huile sur chaise ergonomique
  - Gestion respectueuse du temps pour la structuration du massage
- Assurer une posture respectueuse tout au long de la séance pour un toucher de qualité et respectueux
  - Pression et rythme adaptés à la demande du client massé et au possibilité corporelle de celui ci
  - Ecoute active et relationnelle en séance individuelle : intention, respect, bienveillance, communication non verbale…
  - Qualité de présence
  - Transfert du poids du corps pour favoriser une pratique fluide
  - Respect des limites d'intervention et du champ d'application de la technique

Contenu :

1. Accueil des participants
   - Tour de table : présentation individuelles, attentes des participants, organisation, horaires

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État

- Présentation du déroule de la formation, de la méthode et des objectifs
- Mise en mouvement au travers de jeux visant à installer la confiance entre les participants

2. Identification des grands principes théoriques
    - Les différents bienfaits de la détente physique et psychologique au travers du massage assis et comment les présenter au client
    - Les effets du stress. Les liens entre peurs, contraintes, émotions, tensions et leurs conséquences sur le haut du dos
    - Expérimenter son schéma corporel, son niveau de détente et les effets de l'automassage
3. Modalités de mise en œuvre sur chaise ergonomique
    - Assurer le confort sur chaise de la personne massée avec des réglages de qualité
    - Connaître et s'adapter aux différents modèles de chaises ergonomiques
    - Expérimenter les bénéfices du travail en poids du corps pour masser sans se fatiguer et sans douleur
    - Acquérir les adaptations de la technique aux cas particuliers : grossesse, difficulté de mobilité, petite taille, surcharge pondérale, personnes âgées….
4. Maîtrisez les protocoles des massages assis en toucher massage® sur chaise ergonomique
    - Assurer une fluidité constante de la technique
    - Maintenir des postures et placements corporels du praticien respectant les principes de juste distance et juste présence
    - Maîtriser les mouvements, déplacements et techniques nécessaire en fonction de la durée de la prestation : Exercer le massage bien-être en pression, exercer des étirements, des mobilisations articulaires du haut du corps. Expérimenter les effets des vibrations sur le relâchement
    - Exercer un massage du dos à l'huile en position assise
5. Savoir conduire une prestation complète de massage assis en toucher massage®
    - Mettre en œuvre des protocoles de massage assis adaptés P à la diversité des situations, des horaires et des attentes du client : apaisant, dynamisant, tonifiant ...
    - Identifier d'éventuels contres indications et adaptées la gestuelle nécessaire

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État

- Maîtrisez une diversité de gestes professionnels organisés en protocole structuré
- Respecter les horaires et plannings (client et praticien)

6. Intégrer les techniques d'écoute active en séance individuelle
    - Développer sa qualité de présence et son intention du toucher
    - Parler d'une voix posée, stable et bienveillante
    - Adapter sa gestuelle à la souplesse et au corps de chaque personne massée
    - Reformuler les attentes spécifiques éventuellement émises au moment de l'accueil
7. Intégrer les repères essentiels d'organisation en événementiel, en entreprise et mener une relation client de qualité
    - Conduire des échanges de qualité attentif et respectueux des attentes du client los de journées bien-être en entreprise et/ ou en événementielles, en amont et en aval de la prestation
    - Préparez un planning adapté à la demande, des questionnaires de satisfaction, les documents officiels (devis, facture, compte rendu...)
    - Identifier le matériel nécessaire aux différents types d'événementiels
    - S'adapter et accueillir une clientèle diversifiée dans tous type de structures
    - Assurer sa préparation physique et mentale préalable en tant que praticien en massage assis en toucher massage®
    - Respecter les normes d'hygiène et de confort
    - Faire preuve de qualité humaine essentielle à la pratique du bien-être
    - Assurez le rangement et le nettoyage en fin de prestation

8. Poser les bases essentielles à la communication et prospection commerciale
    - Identifier les axes principaux de sa stratégie commerciale
    - Connaitre les outils essentiels à la communication : prospection et relance téléphonique, site internet, réseautage …
    - Identifier des axes d'amélioration constante de sa pratique, s'engager sur un code de déontologie, une charte de qualité

Pédagogie et organisation :

- Méthodes pédagogiques
    - Apprentissage pratique et expérientiel (méthode de la découverte)
    - Travail en binôme avec ressenti mutuel pour chaque exercice pratique et alternance de temps de théorie, de pratiques et de temps de parole.

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État

- Moyens pédagogiques
  - Mise en route du groupe par des jeux et exercices visant à créer dès le début une ambiance bienveillante et de confiance.
  - Mises en situation et jeux de rôles
  - Contenus théoriques
  - Exercices pratiques d'apprentissage des techniques debout, assis, seul ou en binôme, avec et sans huile de massage
  - Temps de recherche et d'expérimentations

- Matériel et équipement pédagogique
  - Livre » La pause massage » Joel Savatofski Ed Dangles
  - Carnet de pratique
  - Documentations, bibliographie
  - Accessoires : Bandeaux, foulards
  - Matériel de massage professionnel : tapis, coussin, chaise ergonomique
  - Huile de massage
  - Paperboard
  - Sonorisation musicale

Positionnement et modalités d'évacuation des acquis :

- Questionnaire adressé avant le début de la formation
- Feuille d'émargement
- Evaluation des acquis des compétences liées aux objectifs définis

Connaissances ou compétences	Modalités d'évaluation (Quizz, exercices…)	Critères d'évaluation % de réussite, comparaison début/ fin de formation
Maîtrisez la technique de massage assis sur chaise ergonomique et ses variations	Mise en situation pratique : protocole, construction, posture, adaptabilité, pression juste, fluidité, poids du corps... Carnet de pratique à valider Journée de pratique supervisée en événementiel ou en entreprise	Progrès au long de la formation Auto-évaluation par l'apprenant Avoir réalisé au moins 25 séances d'entraînement

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État

Assurer une posture respectueuse durant toute la séance	Mise en situation par jeu de rôle Journée de pratique supervisée en événementiel ou entreprise	Progrès tout au long des exercices pratiques Auto-évaluation par l'apprenant
Notions commerciales professionnelles	Mise en situation par jeu de rôle seul ou en groupe	Progrès au cours de la formation

- Tour de table de fin de formation : évaluer la satisfaction des attentes formulées lors de l'accueil
- Fiche d'évaluation de la formation « à chaud »
- Fiche d'évaluation de la qualité de la formation sous forme de questionnaire à froid (3 à 6 mois)
- Possibilité de formation complémentaire sur demande (journée de révision ou de supervision)

Mode de validation

- Validation du carnet de pratiques et compte-rendu individuel de formation complété par Florence Villedieu
- Attestation individuelle de réalisation de la formation praticien massage assis en toucher massage®

Délai d'accès à la formation :

- Deux semaines avant la session en financement individuel
- Un mois avant s'il y a une demande de prise en charge

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Pour tout renseignements sur l'accès à la formation pour les personnes en situation de handicap, veuillez-vous prendre contact avec Florence Villedieu florence.villedieu33@gmail.com 06 70 70 83 35

Mise en place possible de compensation et d'adaptation pour la prise en compte du handicap

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État
MAJ Janvier 2025

Intervenant :

La formation sera assurée par Florence Villedieu

- Fondatrice Ma sage douceur : séance individuelle, formation et ateliers massages bien-être, aromathérapie et conseils en produits naturels
- Formation de formateur certifiée IFJS 2014 en toucher massage®
- Formatrice toucher massage® vacataire au CHU de Bordeaux et au CH de Libourne
- Intervenante extérieure pour différentes structures : associations, Ehpad, écoles, organismes de formation…

Taux de réussite en 2024 :	100%
Note moyenne attribuée par les participants :	9.5/10

Numéro SIRET : 539 490 177 00034
Enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75331597733 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État

MAJ Janvier 2025