

Formateur :
PRATVIEL Sandrine

Public / Prérequis :

- Avoir 18 ans et maîtriser le français
- Avec ou sans expérience dans le domaine du massage bien-être

Référente Handicap :
Sandrine COURBOT

Durée de la formation

À définir selon le parcours choisi (de 42h minimum à 217h)

Tarif
Sur devis

Inscription

Dossier après entretien

BLOC 2 "PRATIQUER LE MASSAGE BIEN-ÊTRE"

Apprendre à pratiquer le massage bien-être de manière professionnelle par la maîtrise de l'accueil du client, de son installation, de l'analyse et l'interprétation de ses besoins, l'exécution du massage et le recueil de ses observations.

A la fois théorique et pratique. Vous pratiquez en binôme afin d'être le masseur/receveur. En fonction de votre parcours, vous suivrez différentes techniques de massage vous permettant d'avoir toutes les cartes en mains pour pratiquer le massage bien-être

Activités visées

- Accueillir le client en cabine, en l'informant sur le déroulement de la prestation et en préparant les produits ou accessoires nécessaires à l'exécution du soin, afin de le mettre en confiance et de créer des conditions favorables à la prestation.
- Installer le client en position de massage bien-être, en lui expliquant la posture à adopter selon le protocole choisi et en prenant en compte les spécificités du client, afin de s'assurer d'une position adéquate pour le massage bien-être.
- Appliquer les soins de massage bien-être, en respectant les étapes et la chronologie du protocole et en suivant les règles d'hygiène et de sécurité en lien avec l'activité, afin de délivrer au client les bienfaits attendus de la prestation.
- Analyser et interpréter le ressenti du client, à partir d'observations et de questionnements pendant l'exécution au massage bien-être afin d'ajuster le massage bien-être lors de son exécution.
- Recueillir les remarques du client sur la prestation de massage bien-être, en le questionnant sur les résultats de la prestation réalisée au regard de sa demande initiale, afin d'évaluer sa satisfaction sur le massage bien-être réalisé.

Programme de la formation

Notre formation suit en tout point le référentiel définie par le RNCP38447 BLOC 2 Pratiquer le massage bien-être

La connaissance préalable du massage californien est obligatoire pour les personnes novices dans ce domaine. Ce module doit être inclus dans votre parcours de formation, sauf si vous pouvez justifier d'une expérience professionnelle suffisante dans le secteur du bien-être.

Les stagiaires peuvent choisir de suivre l'intégralité de la formation ou bien de suivre des modules individuels, en fonction de leurs besoins et de leur spécialisation.

Accueil du Client et Préparation du Massage

Objectifs :

- Accueillir le client de manière professionnelle et chaleureuse.
- Présenter les règles de gestion des effets personnels du client et l'utilisation des accessoires (peignoirs, serviettes de bain, etc.).
- Expliquer le déroulement de la séance, les protocoles de massage et le matériel utilisé.
- Utiliser un vocabulaire professionnel et pédagogique pour rassurer le client et instaurer un climat de confiance.

Compétences développées :

- Mise en place de la cabine et organisation des accessoires.
- Accueil et installation du client en toute sécurité et confort, y compris pour les personnes en situation de handicap.
- Gestion de l'espace et des produits en respectant les règles d'hygiène et de sécurité.

Positionnement du Client et Début du Massage

Objectifs :

- Installer correctement le client sur la table de massage, en fonction du protocole choisi, tout en garantissant relaxation et confort.
- Veiller à ce que la position du client respecte les besoins du massage .
- Interroger le client sur son confort tout au long de la séance et ajuster en fonction des réponses et de ses préférences.

Compétences développées :

- Installation en position adéquate et sécuritaire.
- Compréhension et respect des spécificités liées aux personnes handicapées ou à mobilité réduite.

Pratique du Massage : Techniques et Gestes

Objectifs :

- Maîtriser les gestes de massage, en utilisant les membres adaptés (mains, coudes, paumes, avant-bras...) selon le protocole de massage choisi.
- Appliquer les techniques spécifiques (glissés, pétrissage, pressions, mobilisations, etc.) adaptées aux besoins du client.
- Respecter la chronologie du massage pour une fluidité optimale de la prestation.
- Utiliser des accessoires spécifiques (bâton de bois, balle, foulard, etc.) dans le cadre de certains protocoles.
- Appliquer les produits de massage en quantité adéquate et dans le respect des contraintes environnementales (tri des déchets, produits responsables).
- Respecter les souhaits du client concernant l'intensité de la pression ou les zones ciblées.

Compétences développées :

- Techniques de massage bien-être (californien, ayurvédique, etc.).
- Adaptation des manœuvres de massage selon le ressenti du client.
- Application des protocoles avec des gestes fluides et cohérents.
- Connaissance et application des techniques adaptées aux personnes handicapées.

Communication et Ajustements en Cours de Massage

Objectifs :

- Observer et interpréter les signaux non verbaux du client (respiration, mouvements du corps, énergie) pour ajuster le massage en temps réel.
- Poser des questions ciblées pour analyser le ressenti du client et détecter d'éventuels inconforts.
- Apporter les ajustements nécessaires à la pression, à la position, ou aux manœuvres en fonction des retours du client.

Compétences développées :

- Prise en compte des signaux de communication non verbale du client.
- Mise en œuvre d'ajustements en temps réel pour optimiser la satisfaction et le confort du client.

Évaluation et Bilan Post-Massage

Objectifs :

- Après chaque prestation, interroger le client sur les bienfaits ressentis, les attentes initiales et leur satisfaction générale.
- Reformuler les remarques du client pour s'assurer de leur compréhension et évaluer les résultats du massage.
- Proposer des points d'amélioration pour les futures séances et informer le client des bienfaits à long terme des soins prodigués.

Compétences développées :

- Évaluation de la prestation et retour client.
- Utilisation des retours pour améliorer la qualité des prestations futures.

Modules de Formation à Choisir :

Les stagiaires peuvent suivre l'intégralité du programme ou sélectionner les modules qui répondent à leurs besoins spécifiques. Voici la liste des massages proposés et leur description :

Massage californien

Un massage relaxant et enveloppant, réalisé avec des mouvements fluides et longs, favorisant la détente et la réduction du stress. Ce massage est incontournable pour les novices et les professionnels souhaitant approfondir leur pratique.

Massage ayurvédique

Un massage traditionnel indien qui utilise des techniques spécifiques et rythmique pour équilibrer les doshas (énergies du corps), stimuler la circulation et soulager les tensions nerveuse .

Shiatsu

Un massage d'origine japonaise basé sur l'acupression, où l'on applique des pressions sur des points spécifiques du corps pour rétablir l'équilibre énergétique.

Fabrication et application d'un massage relaxant à la Bougie

Un massage effectué avec des bougies spéciales qui fondent en huile et apportent une sensation de chaleur et de relaxation profonde.

Position & manœuvres d'un massage femme enceinte

Des techniques spéciales et sécuritaires adaptées aux femmes enceintes, permettant de soulager les douleurs dorsales et d'apaiser le stress tout en respectant les contraintes liées à la grossesse.

Initiation à la réflexologie plantaire

Un massage des pieds permettant de stimuler des points réflexes qui sont reliés à diverses parties du corps pour améliorer la circulation et soulager les tensions.

Massage jambes légères (drainage lymphatique)

Un massage spécifique pour améliorer la circulation sanguine et lymphatique, soulager la sensation de lourdeur dans les jambes et prévenir les œdèmes.

Massage aux pierres chaudes

Un massage utilisant des pierres volcaniques chauffées pour relaxer les muscles, détendre le corps et l'esprit.

Massage Lomi-Lomi

Un massage hawaïen effectué avec les avant-bras, caractérisé par des mouvements fluides et appuyés qui aident à rétablir l'équilibre émotionnel et physique.

Massage Suédois

Un massage dynamique utilisant des mouvements longs, des pétrissages et des pressions modérées pour améliorer la circulation sanguine et soulager les muscles tendus.

Massage Amma

Une technique japonaise de massage par acupression qui cible les méridiens énergétiques du dos pour stimuler la vitalité et l'équilibre.

Massage facial Japonais

Un soin doux et relaxant du visage, combinant des techniques de massage et de stimulation des points de pression pour raffermir la peau et apaiser les tensions faciales.

Massage balinais

Un massage traditionnel de Bali qui mêle techniques de pétrissage, d'acupression et d'effleurages pour détendre le corps et l'esprit.

Massage minceur

Un massage ciblé pour aider à détoxifier le corps, favoriser la circulation et réduire les cellulites.

Gommage & Enveloppement

Un soin combiné de gommage et d'enveloppement à base de produits naturels pour exfolier et nourrir la peau en profondeur.

Head Spa

Un massage du cuir chevelu combiné avec des soins capillaires pour stimuler la circulation sanguine et favoriser la croissance des cheveux.

Madérotérapie

Un massage utilisant des instruments en bois pour stimuler la circulation et sculpter le corps, souvent utilisé dans des soins de minceur.

Massage aux bambous

Un massage utilisant des cannes de bambou pour exercer une pression plus profonde et améliorer la circulation sanguine et lymphatique.

Massage aux pochons

Un massage qui utilise des pochons remplis de plantes médicinales et d'huiles essentielles chauffées pour décontracter les muscles et apaiser les douleurs.

Moyens pédagogiques, techniques et encadrement de Thalass'Sun Formation

- **Documents théoriques :** Protocole de massage sur papier ainsi que sur l'espace extranet, fiches techniques , règles d'hygiène et sécurité.
- **Vidéos et démonstrations par la formatrice :** Pour visualiser les techniques et gestes spécifiques des massages .
- **Mises en situation pratique :** Jeux de rôle praticien/client, séances de massage en conditions réelles.
- **Matériels :** Salle de pratique équipée de matériels nécessaires au bon déroulement de la formation (tables de massages, kits de pierres chaudes, huile, bougies,...)

Modalités d'Évaluation

- **Évaluation pratique :**

À l'issue de chaque module pratique de massage, le stagiaire devra effectuer 10 heures de pratique en situation réelle, en utilisant des modèles (clients ou autres stagiaires).

- **Certification :**

À la fin du parcours de formation, le stagiaire devra valider au plus tard trois mois après la dernière formation pratique suivie. La certification sera validée par l'OPC, qui remplira les grilles d'évaluations et le procès-verbal de certification .

Administratif

Dépôt de dossier de candidature
Entretien pédagogique individuel
Dossier de positionnement
Inscription

Documents à fournir

Copie des diplômes obtenus
Pièce d'identité / titre de séjour



Parcours de formation et tarifs

Parcour Complet :

3913.50€ *frais d'examen inclus*

Modelage à la carte :

de 1562.20€ à 2278.00€ *frais d'examen inclus*



Évolutions professionnelles

SPA urbain
Thalasso / Centre thermal
Hôtellerie
Etablissement touristique étranger