



LE MASSAGE DANS LES SOINS

PUBLIC CONCERNE

Tous les professionnels de santé, du soin ou du bien-être, personne ayant aucune expérience

PRE REQUIS

Aucun

DELAI D'ACCES

Un mois avant le début de la formation

RESUME

Le massage est un ensemble de techniques manuelles qui visent le mieux-être des personnes grâce à l'exécution de mouvements des mains sur le corps.

Il y a une action sur la peau, les muscles, les tendons et les ligaments qui vise à améliorer la santé par le bien-être qui en découle. Il se pratique sur une table de massage et utilise de l'huile.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Le but de cette formation est :

- De se préparer par le biais de l'automassage Do in afin d'être dans de bonnes conditions physiques et mentales pour la réalisation du massage,
- D'utiliser les techniques d'ancrage, de respiration consciente afin d'être dans une présence, d'être à l'écoute de la personne et de son corps pendant la séance,
- De savoir se positionner correctement pour éviter des douleurs physiques suite au massage,
- De préparer sa salle et son matériel nécessaires au bon déroulement de la séance,
- D'établir un entretien préalable avec la personne massée afin de connaître si elle présente des contre-indications, si elle est enceinte, présence de hernie...
- D'apprendre et de réaliser un massage bien-être complet d'une durée d'1h30,
- De maîtriser les 3 techniques que sont le massage Californien, le massage Suédois et le massage Lomi Lomi. Ces techniques ont toutes un point commun : celui d'être enveloppant et



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

doux. Le but étant de détendre la personne, qu'elle s'accorde un lâcher-prise, que le mental s'arrête.

- De donner des conseils suites à la séance (s'hydrater ++, ne pas soulever de charges lourdes etc).

DEROULEMENT DE LA FORMATION

JOUR 1 DE 9H A 12H30

- Présentation du formateur,
- Présentation de chacun et échanges sur les attentes, répondre aux éventuelles questions,
- Présentation de la formation,
- Le Do in : définition, son origine et son utilisation, ses buts,
- La pratique d'automassage Do in (assis au sol et sur chaise) d'1h & des exercices de respiration,
- Exercices d'ancrage du praticien (plusieurs exercices seront abordés) avant le massage.

JOUR 1 DE 14H A 17H30

- Révisions Exercices d'automassage Do in de 20 min & de respiration,
- La posture du masseur lors du massage,
- Exercice de connexion avec la personne massée,
- Les conditions physiques, matérielles et atmosphériques pour réaliser un massage,
- Exercice de nettoyage après la séance de massage.

JOUR 2 DE 9H A 12H30

- Les différents types de massage : Californien, Suédois, Lomi Lomi. Nous verrons leur définition, leur origine, la technique de chacun d'eux,
- Les précautions et/ou contre-indication aux massages : femme enceinte, hernie, phlébite, opération, les enfants, une personne atteinte d'un cancer etc,
- L'entretien avant le massage : les données administratives, les antécédents, les traitements etc.



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

JOUR 2 DE 14H A 17H30

- L'anatomie du dos : les différentes vertèbres, leur repérage, les muscles qui le traverse,
- Les bases du massage : le massage du dos et de la nuque,
- Exercice de nettoyage après la séance,
- Les différentes huiles végétales et leurs bienfaits.

JOUR 3 DE 9H A 12H30

- L'anatomie de l'épaule, du bras, du poignet et des mains,
- Automassage Do in de 20 min pour se préparer avant le massage et exercice de respiration et d'ancrage,
- Révision du massage du dos et de la nuque avec la connexion au massé,
- Enchaînement avec le massage de l'épaule, du bras, du poignet et des mains.

JOUR 3 DE 14H A 17H30

- Do in actif post prandial,
- Révision du massage du dos, de la nuque, de l'épaule, du bras jusqu'aux doigts,
- L'anatomie des jambes, genoux, chevilles et pieds,
- Le massage des jambes, des genoux, des chevilles et des pieds.

JOUR 4 DE 9H A 12H30

- Exercice de respiration, d'ancrage et de Do in de 20min avant le massage,
- Révision du massage entier en position ventrale pour le massé : dos, épaules, bras et mains, jambes et pieds,
- Massage en position dorsale : de l'épaule aux mains et de la cuisse aux pieds,
- Le visage et le crâne : son anatomie avec les os du crâne, les différents muscles qui le traverse,
- La poitrine : son anatomie, les organes qui la compose, les muscles qui la traverse.



JOUR 4 DE 14H A 17H30

- Le massage du visage, du crâne et du haut du torse,
- L'anatomie du ventre, le 2ème cerveau,
- Le massage du ventre,
- Révisions du massage du visage, du crâne et du haut du torse,
- Révisions du massage du ventre.

JOUR 5 DE 9H A 12H30

- Répondre aux éventuelles questions,
- Révisions des différentes étapes du massage,
- Examen blanc d'évaluation.

JOUR 5 DE 14H A 17H30

- Evaluation sur un massage d'1h30.
- Observation par l'intervenant des participants pendant les pratiques pour s'assurer de la bonne assimilation des techniques
- Questionnaire de satisfaction écrit pour vérifier que les besoins des participants aient été respectés et quelles actions d'amélioration peuvent être mises en œuvre
- Evaluation orale pour améliorer le contenu de la formation, le support écrit, le déroulement ou les thèmes abordés (propos retranscrits sur une fiche formateur)
- Temps d'échange oral avec le formateur pour :
 - S'assurer que les attentes des participants aient été entendues ;
 - Vérifier que tous les points exposés dans le programme aient été traités ;
 - Être à l'écoute des actions que l'organisme peut mettre en place pour améliorer leur pratique professionnelle ;
 - Répondre à d'éventuelles questions sur le contenu de la formation.

METHODES PÉDAGOGIQUES

- Cours et schémas sur le fascicule,
- Vidéoprojecteur.

Les participants seront acteur et receveur du massage.

Le massage dans les soins



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

MATERIEL PEDAGOGIQUE

- Tables de massages,
- Huiles de massage.

RECOMMANDATIONS

Prévoir par les participants :

- Stylos et feuilles,
- Une serviette de bain

FOURMATEUR

Amélie BOILEAU

Infirmière libérale,

Praticienne en Shiatsu et massage thaïlandais traditionnel, massage énergétique, Do in.

Réflexologue plantaire, faciale et palmaire,

Aromathérapeute.

DURÉE ET HORAIRES

5 journées présentielle de 9h à 17h30, soit un total de 35h de formation.

ACCESSIBILITE

Nos locaux sont accessibles aux personnes porteuses d'un handicap.

Veillez nous contacter pour adapter le contenu et le déroulement de la formation.

TARIF

850€/personne pour les 5 jours

PERSONNE A CONTACTER

Christel RICHARD - Responsable pédagogique

accueil@formationselixir.com

06 09 57 37 32