



---

## **MASSAGE THAÏLANDAIS RELAXANT A L'HUILE**

---

### PUBLIC CONCERNÉ

**Tout public, professionnels du soin, aides-soignants, aidants familiaux, accompagnants spécialisés ou fin de vie, utilisation possible dans un cadre familial...**

### RESUME

Le massage Thaïlandais relaxant, vieux de plus de 2500 ans, a le double avantage de détendre non seulement la personne, mais également la chaîne musculaire en profondeur. C'est un des massages les plus complets qui existe en Asie. S'il est pratiqué régulièrement, il peut influencer l'état général de la personne vers une vraie détente et un mieux-être. Ce massage prend en compte la globalité du corps.

**A la suite de cette formation, vous serez capable de créer un protocole entier de 1h00 ou moins pour l'adapter entièrement à votre rythme et aux besoins des massés.**

### POINTS FORTS DE LA TECHNIQUE

- Différents protocoles possibles d'une heure ou mini massages de 5 à 10 min adaptés au temps disponible.
- Approche globale (physique, psychique, énergétique)
- Massage enveloppant et très profond.
- Détente profonde, relâchement physique et équilibrage mental et émotionnel.

### PRECAUTIONS

- Prendre des précautions avec certains types de personnes (pathologies lourdes, femmes enceintes, situation de troubles psychologiques ou de surpoids)



### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Permettre aux participants :

- D'acquérir les connaissances de la pratique du massage Thaïlandais relaxant
- D'utiliser de nouveaux outils : techniques douces thaïlandaises afin d'amener une relaxation profonde, de faire circuler les différentes énergies et de soulager les tensions musculaires.

### CONTENU PEDAGOGIQUE

Présentation des participants  
Identifier les attentes des participants  
Présentation du massage Thaïlandais relaxant  
Contre-indications

**Explication et démonstration du massage sur le dos, en massant les trapèzes supérieurs, moyens et inférieurs, les muscles le long des dorsales et des lombaires**

**Détente des muscles fessiers**

Application en binômes des gestes du massage sur le dos.

**Explication et démonstration du massage Thaïlandais relaxant sur les jambes**

Application des techniques en binôme

**Conscientisation du toucher et du positionnement du masseur**

Savoir utiliser ses mains pour communiquer avec le patient

**Explication et démonstration du massage Thaïlandais relaxant des bras, des mains et du tube digestif.**

Application des techniques en binôme.

Exercices et ateliers de tout le protocole du massage (massage en binôme) pour évaluer l'assimilation des connaissances et gestes de massage.

### EVALUATION DES CONNAISSANCES ET PRATIQUES

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.



**INSTITUT DE FORMATION ELIXIR**

286, avenue de Grande-Bretagne - 31300 TOULOUSE

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

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.

### MATERIEL PEDAGOGIQUE

Tables de massage

Huile

### RECOMMANDATIONS

Peignoir (facultatif)

Serviette de bain

Tenue souple

### METHODES PEDAGOGIQUES

**Le support pédagogique présente, en intégralité, chacun des thèmes couverts par la formation, appuyé par des photos illustrant chaque mouvement pour une meilleure mémorisation.**

**Possibilité de filmer le protocole des techniques du massage.**

Les pratiques se dérouleront en binômes. Les participants masseront et se feront masser à tour de rôle afin de sentir les bienfaits de cette technique et de pratiquer.

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

20 au maximum



## INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

286, avenue de Grande-Bretagne - 31300 TOULOUSE

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00051

### FOURMATEUR

#### **Jérôme RICHARD**

Dirigeant de la SAS Elixir

Hypnothérapeute et formateur en techniques sensorielles

Praticien de massage traditionnel Thaïlandais et réflexologie plantaire

Intervenant auprès des salariés et professionnels de santé en techniques de relaxation sensorielles.

### DUREE ET HORAIRES

3 journées présentielles

De 9 h à 12 h 30 et de 14 h à 17 h 30

### ACCESSIBILITE

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

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

### PERSONNE A CONTACTER

Christel RICHARD - Responsable pédagogique

accueil@formationselixir.com

06 09 57 37 32