INSTITUT DES HAUTES ÉTUDES EN ARTS ÉNERGÉTIQUE
LEMNISCATE PROCESSUS©

Contact & Care©

Centre de formation à Nîmes-Marguerittes

Nos formations en Massages

Se former avec nous, c'est :

Développer et acquérir les compétences et les qualités essentielles.

Se rendre disponible pour une qualité de présence à soi, à l'autre.

Approfondir le centrage, une attitude d'écoute neutre, et son importance dans le soin.

Comprendre la nécessité d'un enracinement dans sa posture.

Prendre soin de soi et de son énergie par des pratiques corporelles.

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 certifié QUALIOPI, vous pouvez demander un financement auprès de votre OPCO.

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

Nous sommes affiliés à la ***F****édération* ***F****rançaise de* ***M****assage* ***B****ien-****Ê****tre (FFMBE), nous engageant dans le respect d'une charte et d'un cadre déontologique des métiers du toucher (https://ffmbe.fr/la-formation-initiale/)*

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

Au plaisir de vous accueillir,

LEMNISCATE PROCESSUS - CONTACT & CARE
Catherine MAUGUIN - Responsable Adm. & formatrice en Massage
06 67 57 98 58 ou 04-66-26-16-83
cathy@le-jardin-interieur.com

PRATICIEN(NE) EN MASSAGE
BIEN-ETRE – ENERGETIQUE – ACCOMPAGNEMENT PAR LE TOUCHER

DUREE ET COUT DE LA FORMATION

Durée : du 01/01/2025 au 31/12/2025
Nombre d'heures : 217 **Nombre de jours :** 31
+ 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
Concevoir et mettre en œuvre une séance de massage énergétique
Etre en capacité d'accompagner son client vers une meilleure relation avec lui-même

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES ET CONTENUS DE LA FORMATION

Massage BIEN-ÊTRE et DÉTENTE, 10 jours – 70 heures

- Ancrer la bonne posture : intégrer une pratique corporelle (Qi gong, Tai chi chuan)
- Acquérir différentes techniques de massothérapie (effleurage, pétrissage, mobilisations, étirements, rythme du massage, …).
- En connaitre les bienfaits et savoir les adapter en fonction des besoins du massé (massage à visée californien, suédois …)
- Apprendre à masser sans fatigue : en respectant des règles posturologiques de confort
- 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
- Développer son ressenti
- Gestion d'une séance (temps, entretien préalable avec le client, contre-indication …)
- Acquérir le savoir-être et la déontologie du masseur selon le code déontologique de la FFMBE
- 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 et développer une écoute permettant la prise en compte des besoins spécifiques de la personne

ANATOMIE, 3 jours – 21h

- Acquérir les bases fondamentales en anatomie, biomécanique, physiologie
- Mise en pratique et repérage anatomique en lien avec le protocole de massage
- Contre-indication

APPROFONDISSEMENT, 6 jours – 42 heures

Module 1

- 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
- Travail sur les fascias
- Rééquilibrage des centres énergétiques
- Développer l'art du contact et la présence à l'autre
- Développer les compétences sensitives (qualités d'être) favorisant la détente physique, mentale et émotionnelle du masseur et du massé
- Donner à l'élève une compréhension du corps vivant

Module 2

- Apprendre à interagir avec le massé pour permettre l'expression du mouvement spontané du corps
- 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

Massage AYURVEDIQUE, 3 jours – 21 heures

- Notions théoriques sur les grands principes de l'ayurvéda et la place du massage dans l'ayurvéda
- Apprentissage de la posture et de la respiration pour un travail au sol et sur table pour permettre un massage énergétique
- Maîtriser les techniques de pétrissage, frictions, de pression et d'accu-pression spécifiques de ce massage
- Comprendre l'importance et maitriser le rythme de ce massage pour permettre le rééquilibrage du corps et des flux qui y circulent
- Être en capacité de pratiquer un massage complet du corps d'une durée de 1h à 1h30

Massage Assis-habillé sur chaise, 4 jours - 28 heures

- **Acquérir les bases (2 jours – 14 h)**
  - Acquérir les bases de l'enracinement, de la posture pour ce massage
  - Connaître les techniques de pression issues de l'énergétique traditionnelle chinoise
- **Perfectionnement (2 jours– 14h)**
  - 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, 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 POSTURE DU PRATICIEN, 2 jours – 14 heures

- 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

Module Installation, 2 jours – 14 heures

- 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 - 1 jours – 7 heures

- Examen de pratique selon le référentiel FFMBE
- Présentation et soutenance du mémoire

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

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 :

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 :**
- 31 jours – 217 h
- de 9h30/12h30 – 14h30/18h30 ou 14h/18h

- **Rythme :** modules de 1, 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

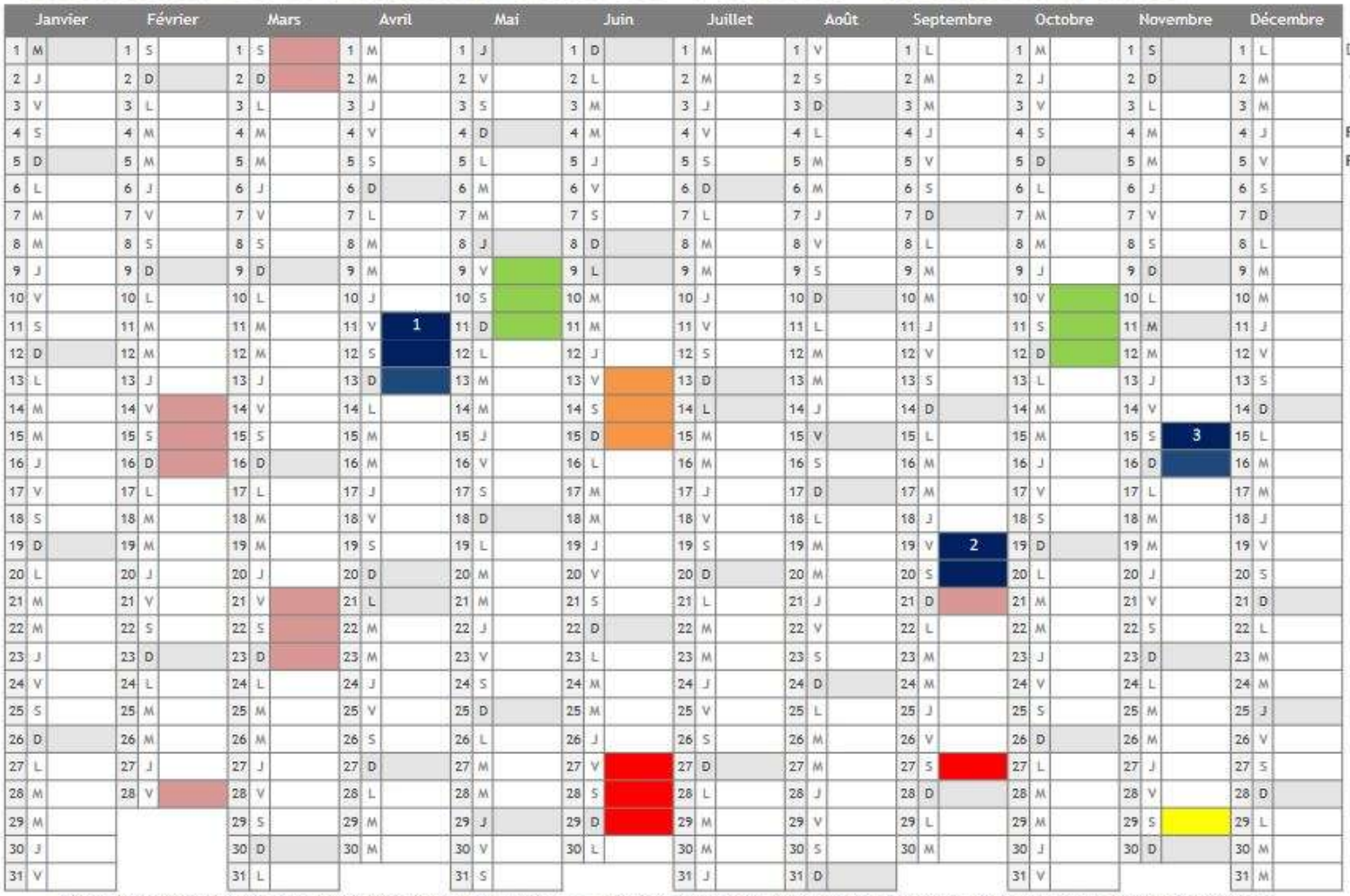
TARIF Module(s) Massage à la Carte

Modules	Tarif perso	Tarif Pro *
Module Découverte Massage Détente (14h / WE)	220 € Les 2 jours	300 € Les 2 jours
Massage Bien-être-Détente (10 jours)	1330 € Les 10 jours	1750 € Les 10 jours
Module Approfondissement (3 jours– 21h)	399€ Les 3 jours	525€ Les 3 jours
Module Découverte Shiatsu (3 jours– 21h)	399€ Les 3 jours	525€ Les 3 jours
Module Ayurvédique (3 jours– 21h)	399€ Les 3 jours	525€ Les 3 jours
Module Assis-Habillé (4 jours – 28h) (Certification en sus)	532€ Les 4 jours	700€ Les 4 jours
Modules Enseignements fondamentaux Anatomie pour le massage (3 jours-21h) Positionnement/centrage praticien (2 jours-14h) Cadre/Installation praticien MBE (2 jours-14h)	 399€ 270€ 270€	 350€ 350€
Supervision (1 jour – 6h) Certification PMBE (1 jours – 7h)	140€ 180€	180€ 250€

*Tarif si prise en charge financement OPCA (hors frais dossier+FEDE)

(Nos formations sont maintenues pour un minimum de 6 inscrits – **Tarif valable jusqu'au 31/12/2025**)

Calendrier 2025 Formations MASSAGE - Praticien + modules à la carte



Durée du cursus : 31 jours /224h
+ 100h de pratique individuelle

Financement Pro : 5320€

Financement Perso : 3990€

- Bien-être / Détente
- Approfondissement Réflexe et Interactif
- Assis-habillé + valid
- Ayurvédique
- 1 Anatomie
- 2 Posture / centrage
- 3 Installation
- Certification
- Cranio-sacré

Lemniscate Processus © Formation massage Contact and Care - Adresse : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes

Nous contacter : 04 66 26 16 83 ou 06 67 57 98 58 (Catherine MAUGUIN)

Association loi 1901 - N° Siret : 441 230 497 00014 - Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-05469-34

Lemniscate Processus © - Association loi 1901 Adresse : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes
N° Siret : 441 230 497 00014 « Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-05469-34, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »
la certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : Actions de formation, en septembre 2022 - certificat QUALIOPI n° FRCM22306
Programme formation massage PMBE - Créé le 10-10-2021 - Mis à jour le 25/8-2023