

Catalogue de Formations 2025-2026

Massage Bien-être & initiation
massages spécifiques



L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
By Opération'elle





Créée par Elodie, L'Académie du massage Tahiti est un Organisme de formation basé à Papeete. Suite à leur rencontre lors d'un voyage en Polynésie, Sophie et Elodie se sont associées pour étendre l'Académie du massage en France, les deux femmes partageant toutes les deux le même amour et ambition de former des professionnels massage.



L'Académie du massage vous propose des formations massage, de l'initiation à l'apprentissage de techniques spécifiques. En France, nos formations sont disponibles à Jaux, à 10 minutes de Compiègne et 45 minutes de la région parisienne.



Notre organisme se compose d'une équipe de professionnels passionnés et expérimentés capable de vous orienter, conseiller et accompagner jusqu'au bout de votre projet, y compris dans la création de votre cabinet ou institut. Nos talents seront au service de votre besoin.

NOS VALEURS

AVEC L'ACADÉMIE DU MASSAGE, SOYEZ ACTEUR DE VOTRE FORMATION !





Sophie BLUSTENNE BEEL

Chef d'entreprise depuis plus de 18 ans et dirigeante de cinq sociétés.
Titulaire d'une Licence RH et Diplômée de l'école de Réflexologie plantaire de Lille.
Praticienne en Réflexologie Plantaire, relaxation, polarité de Gordon, et Ayurvéda - Formatrice sur module spécifique

Elodie LAMBERT

Diplômée en Esthétique (CAP 2006, BP 2008), Elodie a eu la chance d'exercer d'emblée dans des SPA d'établissements prestigieux puis de prendre la fonction de SPA manager en Suisse pendant 5 ans. C'est en Novembre 2018 que l'opportunité de découvrir la Polynésie Française s'est offerte à elle avec un poste de directrice régionale de SPA. La culture Polynésienne et son fenua, son traditionnel Taurumi, ont été une révélation. Elle a compris que Tahiti était désormais son ancrage. C'est là qu'elle a décidé d'ouvrir « L'Académie du massage Tahiti » pour vous faire partager sa passion et son univers.



Mélanie GRISON

Hôtesse de spa et massage depuis presque 2 ans.
Professionnelle en Spray Tan (bronzage par pulvérisation).
Pratique des massages solo, duo, trio ou quatuor.
Praticienne en massage bien-être Californien, Réflexologie plantaire, Lomi-Lomi, Amma, Polynésien et Tonifiant



Comment s'inscrire à une formation ?

Contacter notre secrétariat au 07.54.36.86.61 ou par mail à formations@operationelle.com pour obtenir votre bulletin d'inscription.

Un CV ou toute autre pièce, peuvent vous être demandés afin que nous puissions nous positionner sur votre niveau à l'entrée de la formation.

Complétez-le et envoyez-le par courrier à :

OPÉRATION'ELLE

À l'attention de Sophie BLUSTENNE-BEEL

426 rue Charles LADAME, 60880 JAUX (ou par mail)

Une fois votre demande réceptionnée, nous nous engageons à prendre contact avec vous sous 48H.

Une proposition (devis/programme) vous sera alors adressé, ainsi qu'un bulletin d'inscription et nous veillerons avec le formateur retenu, à l'adéquation entre votre demande, les besoins et niveau des stagiaires concernés par une évaluation des prérequis avant le démarrage de la formation ou au plus tard au démarrage de celle-ci.

Une fois le bulletin d'inscription signé, nous vous ferons parvenir une convention de formation ou un contrat avec nos conditions générales de vente pour que vous puissiez effectuer votre demande de prise en charge. En cas de besoin, nous pouvons vous aider.

Vous choisirez alors si vous optez pour la subrogation de paiement ou en règlement direct.

Dès réception de la convention ou du contrat, nous vous ferons parvenir la convocation et les modalités éventuellement de la formation (distanciel, prérequis, mais aussi livret stagiaire) jusque 24H au plus tard avant le démarrage de la session. Plus tôt vous validez la convention, mieux nous pourrons être réactifs !

À l'issue de la réalisation de la formation, nous vous adresserons, les attestations de formation ainsi que les certificats de réalisation. Le formateur a la charge de vous transmettre directement et par tout moyen à sa convenance, le support et les outils utilisés, ainsi que la correction de l'évaluation des acquis.

Vous êtes en situation de handicap ?

La loi du 5 septembre 2018 pour la « liberté de choisir son avenir professionnel » a pour objectif de faciliter l'accès à l'emploi des personnes en situation de handicap.

Opération'elle tente de donner à tous les mêmes chances d'accéder ou de maintenir l'emploi. La souplesse de notre fonctionnement sur-mesure permet d'intégrer à nos programmes des personnes en situation de handicap en adaptant les modalités de nos formations. Pour toutes questions, merci de contacter notre Référent Handicap, Mme Sophie BLUSTENNE-BEEL par mail : s.blustenne@operationelle.com ou par téléphone au [07.71.68.46.50](tel:07.71.68.46.50).

L'ensemble de l'équipe de Direction et Pédagogique reste à votre disposition et écoute pour toute mise en œuvre de votre projet de formation, en parcours ou à la carte.

L'équipe Opération'elle Formation



Les moyens de financement

VOUS ÊTES DEMANDEUR D'EMPLOI

Vous pouvez prendre rendez-vous avec votre conseillère Pôle Emploi afin de financer vos formations

- 1 - Choix et réservation de votre formation dans le catalogue 2 mois maximum avant le début de la formation.
- 2 - Opération'elle vous envoie le bulletin d'inscription.
- 3 - Renvoyer à Opération'elle l'ensemble des documents
- 4 - En cas d'acceptation du dossier, Pôle Emploi nous règle directement.

VOUS ÊTES SALARIÉ(E)

Vous pouvez obtenir le financement de votre formation par votre OPCO.

- 1 - Choix et réservation de votre formation dans le catalogue 15 jours maximum avant le début de la formation.
- 2 - Opération'elle vous envoie le bulletin d'inscription.
- 3 - Renvoyer à Opération'elle l'ensemble des documents.
- 4 - En cas d'acceptation du dossier par votre OPCO, celui-ci nous paie directement les frais pédagogiques.

Modalités de règlement :

En cas de non subrogation de paiement :

Par chèque, libeller le chèque à l'ordre d'OPÉRATION'ELLE ou par virement. Le règlement doit impérativement se faire à 30 jours à réception de la facture.

Un échelonnement du règlement en 4 fois peut se faire pour les formations non financées.

En cas de subrogation de paiement par votre OPCO ou Pôle Emploi :

Si le stagiaire souhaite que le règlement soit émis par l'OPCO dont il dépend ou Pôle Emploi, il lui appartient :

- de faire une demande de prise en charge avant le début de la formation et de s'assurer de la bonne acceptation de cette demande ;
- de l'indiquer explicitement sur son bulletin d'inscription ;

En cas de non-paiement, pour quelque motif que ce soit, le stagiaire sera redevable de l'intégralité du coût de la formation et sera facturé du montant correspondant.

Un échelonnement du règlement en 4 fois pourra être envoyé.

Nos formations à la carte



L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
By Opération'elle

À LA CARTE :

21H :

- LE MASSAGE DES ILES
- LE MASSAGE LOMI LOMI
- LE MASSAGE CRANIEN VISAGE INDIEN
- LE MASSAGE SUEDOIS

17,5H :

- LE MASSAGE FEMME ENCEINTE
- LE MASSAGE PIERRES CHAUDES
- LE MASSAGE CALIFORNIEN



7H :

- LE MASSAGE AMMA

LES SPECIALITES :

- INITIATION DECOUVERTE A LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (N0)
- REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (N1)
- REFLEXOLOGIE PLANTAIRE EMOTIONNELLE (N2)

LES BASES :

- ANATOMIE ET POSTUROLOGIE
- LES 7 MANOEUVRES UNIVERSELLES

LES CREATIONS D'ENTREPRISE :

- CONDUIRE UN PROJET DE CREATION D'ENTREPRISE RS7004
- CONDUIRE UN PROJET DE MICRO-ENTREPRISE RS7005



INITIATION AU MASSAGE DES ILES

Le massage des îles, est une technique de bien-être qui incarne l'esprit de la culture des îles, axée sur la détente, l'harmonie et la puissance intérieure. Cette formation vous invite à explorer cette ressource en vous et à offrir à vos clients une expérience de bien-être exotique et apaisante.

DUREE : 21 heures
+ 5H de pratique autonome mini

TARIF : 570 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage des îles

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage des îles en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage des îles et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 2h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 14.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



LE MASSAGE LOMI LOMI

Le massage Lomi Lomi est une technique traditionnelle hawaïenne qui offre une expérience unique de relaxation et de lâcher-prise. Il libère les tensions, favorise la circulation énergétique et stimule le système lymphatique. En plus de ses bienfaits physiques, le Lomi Lomi invite à un voyage intérieur, permettant de se reconnecter à soi-même et d'atteindre un état de calme profond. Ce massage est parfait pour ceux qui recherchent à la fois un soulagement musculaire et un apaisement émotionnel.

DUREE : 21 heures
+ 5H de pratique autonome mini

TARIF : 570 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage LOMI LOMI

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage LOMI LOMI en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage LOMI LOMI et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 2h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 14.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



LE MASSAGE CRANIEN INDIEN

Le massage crânien indien, également connu sous le nom de "Champissage," est une technique de bien-être antique originaire d'Inde. Cette formation vous propose de plonger dans cet art traditionnel, qui met l'accent sur la relaxation, l'équilibre et la revitalisation par le biais de massages spécifiques de la tête, du cou et des épaules. Vous apprendrez les techniques spécifiques pour apaiser la tête, le cou et les épaules, en utilisant des mouvements fluides et des méthodes d'acupression.

DUREE : 21 heures
+ 5H de pratique autonome mini
TARIF : 570 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage CRANIEN INDIEN

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage CRANIEN INDIEN en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage CRANIEN INDIEN et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 2h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 14.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation
Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
l'opération'elle



LE MASSAGE SUEDOIS

Le massage suédois est une technique de relaxation et de bien-être qui utilise des mouvements longs, fluides et des pressions modérées pour détendre les muscles, améliorer la circulation sanguine et réduire le stress. Ce massage combine plusieurs manœuvres, telles que les effleurages, les pétrissages et les frictions, afin de favoriser une relaxation profonde et d'apporter une sensation de légèreté et de revitalisation. Idéal pour soulager les tensions musculaires, améliorer la mobilité et apaiser l'esprit, le massage suédois est une expérience parfaite pour ceux qui cherchent à se détendre et à se ressourcer.

DUREE : 21 heures
+ 5H de pratique autonome mini

TARIF : 570 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage SUEDOIS

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage SUEDOIS en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage SUEDOIS et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 2h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 17.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



LE MASSAGE FEMME ENCEINTE

Le massage Femme enceinte accompagne la Maman dès le début du second trimestre de la grossesse jusqu'à son terme. C'est un massage doux et enveloppant permettant d'atténuer les douleurs liées à la grossesse. Plus qu'un massage, c'est un accompagnement complet qui vous permettra d'aider la Maman à accepter son corps changeant et à renforcer la connexion avec son bébé. Nous utiliserons le "Bola" (si la cliente en possède un), ce bijou utilisé par beaucoup de femmes enceintes au cours de leur grossesse pour créer une relation plus intense avec leur bébé

DUREE : 17.5 heures
+ 5H de pratique autonome mini

TARIF : 525€ TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage FEMME ENCEINTE

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage FEMME ENCEINTE en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage FEMME ENCEINTE et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 1.5h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 11.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



LE MASSAGE PIERRES CHAUDES

Le massage aux pierres chaudes est une technique de relaxation profonde qui utilise des pierres volcaniques lisses chauffées pour apaiser les muscles et stimuler la circulation sanguine. Ces pierres sont placées sur des points stratégiques du corps, permettant une chaleur douce qui pénètre les tissus, favorise la détente et réduit le stress. Ce massage combine les bienfaits de la chaleur et de la pression, créant une expérience de bien-être ultime. Idéal pour soulager les tensions et améliorer l'équilibre mental, il offre un moment de calme et de sérénité.

DUREE : 17.5 heures
+ 5H de pratique autonome mini
TARIF : 525 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage PIERRES CHAUDES

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage PIERRES CHAUDES en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage PIERRES CHAUDES et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 1.5h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 11.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



LE MASSAGE CALIFORNIEN

Le massage californien est une technique de relaxation douce et enveloppante, idéale pour apaiser le corps et l'esprit. Composé de mouvements longs et fluides, il utilise des effleurages, des pressions légères et des manipulations profondes pour libérer les tensions musculaires et favoriser une détente profonde. Ce massage, alliant fluidité et harmonie, agit sur les systèmes nerveux et circulatoire, permettant de réduire le stress, d'améliorer la circulation sanguine et de stimuler le bien-être global. Parfait pour ceux qui recherchent une expérience de relaxation totale, le massage californien offre un moment de sérénité et de lâcher-prise.

DUREE : 17.5 heures
+ 10H de pratique autonome mini

TARIF : 475 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage CALIFORNIEN

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage CALIFORNIEN en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 2.5h

- Pourquoi le massage CALIFORNIEN et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 2h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 14.5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

l'opération'elle



LE MASSAGE AMMA

Le massage Amma, originaire du Japon, est une méthode de relaxation énergétique qui se pratique généralement sur une personne habillée, confortablement installée sur une chaise. Ce massage combine des techniques de pressions, de tapotements, de percussions et de mouvements circulaires pour stimuler les zones de tension et rééquilibrer l'énergie vitale du corps. Il permet de soulager le stress, d'améliorer la circulation sanguine, d'apaiser les douleurs musculaires et de favoriser une sensation de bien-être immédiate. Pratique et efficace, le massage Amma est une excellente solution pour ceux qui souhaitent se détendre rapidement, même lors de courtes pauses au travail.

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser le massage AMMA en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Partie théorique de l'initiation - 0.5h

- Pourquoi le massage AMMA et son histoire
- Différents produits et matériels possible
- Comprendre les besoins et contre-indications client
- Anatomie et bonne posture du praticien
- Présentation de la cabine et de la table

2. Démonstration pratique - 0.5h

- Mise en pratique du formateur au protocole
- Prise en main du protocole visuel en pratique et sur le livret
- Conseil de prise en charge physique du client

3. Mise en pratique & acquis du protocole - 5h

- Détails zone par zone
- Aller-retour entre stagiaires ou sur modèles pour la compréhension du protocole et des mouvements
- Prise de note écrite ou vidéos du protocole
- Révision manœuvres

4. Evaluations - 1h

- Questionnaire des acquis de fin de formation

DUREE : 7 heures

TARIF : 190 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant pratiquer le massage AMMA ASSIS

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 /
sophie.blustenne@lacademiedumassage.com



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



INITIATION DECOUVERTE DE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (NO)

La réflexologie plantaire est une pratique de bien-être ancestrale qui repose sur le principe selon lequel les pieds sont le miroir de notre corps. En stimulant des zones spécifiques sur les plantes des pieds, cette technique permet de rééquilibrer l'énergie et de favoriser l'harmonie entre le corps et l'esprit. Chaque zone réflexe correspond à un organe ou une fonction spécifique, et par une pression ciblée, . Cette initiation à la réflexologie plantaire vous offre une découverte apaisante et régénérante, propice à une détente profonde et à un bien-être général.

DUREE : 14 heures

TARIF : 420 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant découvrir la réflexologie plantaire

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser la réflexologie plantaire en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1. Historique et fondements - 0.5h

- Origines de la réflexologie (traditions orientales et occidentales)
- Théories énergétiques et zones réflexes

2. Notions anatomiques du pied - 0.5h

- Structure osseuse, muscles, tendons
- Points réflexes
- Connexions entre les pieds et les organes

3. Principes de base - 0.5h

- Les bienfaits de la réflexologie (relaxation, stimulation des organes, équilibre énergétique)
- Contre-indications et précautions
- Importance de l'hygiène et du soin des mains.
- Déontologie et limites de la pratique (ne pas se substituer à un diagnostic médical).

4. Cartographie des organes sur les pieds - 2.5h

- Repérage des organes
- Etude des zones réflexes sur les mains
- Principales manœuvres de massage des organes

5. Déroulement d'une séance - 1h

- Installation de la pièce, la table...
- Posture et ergonomie du praticien
- Explication auprès du client du massage réflexologie plantaire

6. Mise en pratique & acquis du protocole - 7h

- Détail zone par zone
- Explications des mouvements, pressions reptation, position des mains et doigts
- Aller retour entre stagiaires ou sur modèle pour la compréhension du protocole et des mouvements (Prise de note écrite ou vidéos du protocole)

7. Evaluation 2h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE AVANCEE (N1)



DUREE : 14 heures

TARIF : 420 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Toutes les personnes voulant découvrir la réflexologie plantaire

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaire, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

La réflexologie plantaire avancée est une approche plus approfondie de cette technique de bien-être, visant à traiter des zones réflexes spécifiques du pied pour soulager des tensions plus profondes et favoriser un meilleur équilibre énergétique. En utilisant des pressions plus ciblées et des manipulations plus précises, cette pratique aide à libérer les blocages, améliorer la circulation et stimuler les fonctions vitales du corps. Elle permet de traiter des déséquilibres chroniques. Cette formation s'adresse à ceux qui souhaitent aller plus loin dans la maîtrise de la réflexologie plantaire et découvrir ses bienfaits avancés pour la santé et le bien-être.

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser la réflexologie plantaire en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

1.Rappels fondamentaux - 1h

- Rappel des localisations des organes
- Rappel des contre indications

2.Details des Approches spécifiques de chaque système - 5h

- Les différents systèmes : Respiratoire, Endocrinien, Reproduction/génital, Lymphatique, Digestif, Colonne vertébral, Urinaire

3.Stimulation des zones réflexes pour des maux courants - 4h

- Stress, Digestion, Douleurs musculaires, Migraines, Problèmes de peau, Harmonisation globale du corps

4.Études de cas - 1h

- Analyse des besoins spécifiques des clients
- Adaptation du protocole de base avec la pathologie travaillée

5.Déroulement des séances -2h

- Se positionner comme un accompagnant au bien être global, et non à la résolution de la maladie

6.Evaluations - 1h

- Questionnaire des acquis de fin de formation



Centre de formation
Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
l'opération'elle



REFLEXOLOGIE PLANTAIRE EMOTIONNELLE (N2)

La réflexologie plantaire émotionnelle va au-delà du bien-être physique en se concentrant sur l'impact des émotions sur le corps. Cette approche plus ciblée utilise des techniques de pression spécifiques sur des zones réflexes des pieds liées aux émotions, au stress et aux blocages émotionnels. Elle permet de libérer les tensions accumulées, de rétablir l'équilibre intérieur et de favoriser une profonde relaxation émotionnelle. Idéale pour ceux qui souhaitent explorer le lien entre leurs émotions et leur santé, cette méthode aide à retrouver sérénité, équilibre et bien-être mental.

DUREE : 14 heures

+ 50H supervision visio (1 fois / mois)

TARIF : 940 € TTC

Pré requis : Avoir suivi la formation initiation découverte de la réflexologie plantaire+ le module avancé au sein de la ADM ou un autre centre de formation

Public visé : Reflexologue en quête de comprendre le coté émotionnel des maladies

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de la formation, par le formateur.
Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de réaliser la réflexologie plantaire émotionnelle en respectant sa culture, son protocole et son état d'esprit ainsi que de respecter les contre-indications du client et/ou du massage

Objectifs visés :

- Préparer et identifier le matériel nécessaire pour une bonne réalisation du massage en cabine agréable
- Informer sur les contre indications
- Mettre en action la posture professionnelle adéquat au massage
- Prendre connaissance des besoins et attentes du client
- Réaliser le protocole de manière fluide et assuré

Programme détaillé :

Introduction à la réflexologie émotionnelle

- Présentation de la réflexologie émotionnelle : histoire, principes et bienfaits.
- Rappel des Bases de la réflexologie : cartographie des zones réflexes (mains, pieds, visage, oreille).
- Connexion entre le corps, les émotions et les organes (médecine chinoise, psychosomatique).
- Les émotions fondamentales : leur impact sur le corps et l'esprit.
- Étude des méridiens et des points réflexes liés aux émotions.
- Gestion émotionnelle du thérapeute : se protéger et maintenir son équilibre
- Cas pratiques : exercices de localisation et stimulation des points réflexes.

Approfondissement des techniques

- Identification des blocages émotionnels à travers les zones réflexes.
- Techniques de relaxation et d'équilibrage émotionnel par la réflexologie.
- Atelier pratique
- Cas pratiques : exercice d'interprétation des sensations ressenties (douleurs, tensions).

Application des outils émotionnels

- Approche personnalisée : adapter une séance en fonction des besoins émotionnels.
- Signification des principales pathologies d'un point de vue émotionnel
- Cas pratiques : mise en situation et pratique en binômes du décodage des émotions.

Supervision

- Analyse et ajustement des pratiques individuelles
- Feedback et amélioration des techniques
- Technique de questionnement
- Outils complémentaires : ligne temporelle, théorie de Jacques Martel



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



**DUREE : 10.5 heures
+ 24.5H d'autoformation**

TARIF : 225 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Futurs masseurs, praticiens en bien-être, kinés en reconversion, esthéticiennes

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel et autoformation
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaire, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de formation, par le formateur.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

**Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 /
sophie.blustenne@lacademiedumassage.com**

ANATOMIE ET POSTUROLOGIE

L'anatomie et la posturologie occupent une place essentielle dans la pratique du massage. Comprendre la structure du corps, ses articulations, ses muscles et ses chaînes posturales permet au masseur d'agir avec précision, efficacité et sécurité. La posturologie, quant à elle, offre une lecture globale de la posture et des déséquilibres corporels, permettant d'adapter chaque séance aux besoins spécifiques de la personne. Ensemble, elles forment la base d'un toucher conscient, respectueux et profondément thérapeutique.

Compétences visés

Cette formation va vous permettre d'acquérir des bases solides en anatomie fonctionnelle et en posturologie pour une pratique du massage précise, efficace et sécurisée.

Objectifs visés :

- Identifier les principales structures anatomiques utiles à la pratique du massage
- Analyser une posture de manière simple et fonctionnelle
- Développer une palpation précise et professionnelle

Programme détaillé :

Introduction à l'anatomie et aux fondamentaux

- Présentation du squelette humain : structure, fonctions, repères osseux
- principaux
- Introduction aux muscles : types, rôles, insertion/origine
- Anatomie palpatoire de surface : comment sentir les structures anatomiques sous les doigts, Notions de chaînes musculaires
- Principes de base de la posturologie : ce qu'elle apporte au masseur
- Atelier pratique : repérage des points osseux (épinos iliaques, omoplates, colonne...)

Le dos, la nuque et la colonne vertébrale

- Les muscles du dos et de la nuque : trapèzes, rhomboïdes, paravertébraux...
- Les Pathologies fréquentes (lombalgie, cervicalgie...)
- Atelier pratique : lire et comprendre les postures et tensions musculaires, palpation musculaire du dos

Membres inférieurs et bassin

- Les chaînes musculaires postérieures et antérieures
- Mouvements fondamentaux et amplitude articulaire
- Atelier pratique : observation statique, déséquilibres

Les membres supérieurs et ceinture scapulaire

- Détail des muscles mobilisateurs : deltoïde, biceps, triceps, etc.
- Liens entre tensions des épaules et déséquilibres posturaux
- Atelier pratique : mobilisation douce, détection des restrictions

Posturologie

- Posture du praticien pendant le massage
- Importance du gainage et de la bonne position de la fente
- Se respecter tout au long du massage pour éviter les tensions
- Les bonnes pratiques qui permettent pendant un massage de ne pas se mettre en tension



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)



LES 7 MANŒUVRES UNIVERSELLES

Les 7 manœuvres universelles constituent les fondations de toute pratique de massage, quelle que soit la méthode choisie par la suite. Cette formation permet d'acquérir les gestes de base indispensables pour développer un toucher professionnel, précis et fluide. Pour débiter ou consolider des acquis, vous apprendrez ces manœuvres avec justesse, à les enchaîner harmonieusement et à les adapter aux besoins spécifiques de chaque client.

**DURÉE : 28 heures
+ 7H d'autoformation
+ 10H de pratique autonome mini**

TARIF : 760 € TTC

Pré requis : Aucun

Public visé : Débutants ou praticiens souhaitant renforcer leurs bases

Encadrement de la formation :
Praticien professionnel

Moyens techniques et pédagogique :

- Présentiel
- Présentation du formateur et de chacun des stagiaires
- Partie théorique / pratique du massage
- Livret pédagogique remis à chaque stagiaire

Moyens d'évaluation et suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaires, pendant la formation de réaliser des exercices de mises en pratiques, échanges questions / réponses, tout au long de la formation.

Ces exercices permettront de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun s'entre eux.

L'évaluation sera faite à l'issue de la fin de la formation, par le formateur.
Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et le stagiaire

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire "à chaud" sera rempli par le stagiaire.

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d' handicap :

**Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 /
sophie.blustenne@lacademiedumassage.com**

Compétences visés

Cette formation va vous permettre de maîtriser les 7 manœuvres de base que l'on retrouve dans toutes les grandes approches de massage, pour acquérir un toucher technique, fluide et adaptable à tout type de soin.

Objectifs visés :

- Connaître et identifier les 7 manœuvres universelles du massage et leurs fonctions
- Exécuter chaque manœuvre avec précision, fluidité et respect du corps massé
- Créer une séquence de massage personnalisée en utilisant les 7 manœuvres de façon cohérente

Programme détaillé :

Introduction et manœuvres de contact

- Accueil, présentation du groupe, posture et état d'esprit du praticien
- Importance du toucher et des intentions dans le massage
- Présentation des 7 manœuvres universelles : origine, utilité, adaptabilité
- Manœuvre 1 : Effleurage
- Variantes (long, circulaire, profond, enveloppant)
- Fonctions (mise en contact, détente, réchauffement)
- Manœuvre 2 : Pression glissée
- Rythme, profondeur, posture du praticien
- Pratique guidée en binôme : enchaînement 1 + 2

Techniques intermédiaires et construction du rythme

- Manœuvre 3 : Pétrissage
- Travail musculaire, variations (roulé, malaxage, en pince...)
- Manœuvre 4 : Friction
- Détail des zones clés (trapèzes, voûte plantaire, articulations)
- Manœuvre 5 : Percussion (tapotement, hachures, claquements)
- Utilisation ciblée (tonification, réveil musculaire)
- Enchaînement des 5 premières manœuvres sur différentes zones du corps
- Travail sur le rythme, la transition entre manœuvres
- Ajustements personnalisés par le formateur

Techniques de finition, fluidité et création d'un soin

- Manœuvre 6 : Vibrations
- Relâchement profond, décontraction du système nerveux
- Manœuvre 7 : Drainage / pompage
- Effets circulatoires, application sur les membres
- Enchaînement complet des 7 manœuvres sur un protocole simple (face postérieure)
- Création libre : comment composer une séance avec ces 7 outils selon les besoins du client
- Posture du praticien : ergonomie, respiration, économie d'effort
- Temps de questions, retours d'expérience, validation des acquis



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)

CONDUIRE UN PROJET DE CREATION D'ENTREPRISE RS7004

*Vous souhaitez créer ou prendre une société. Vous ne savez pas par où commencer ?
Cette formation va vous aider à approfondir l'ensemble des points à veiller lors d'un projet de
création ou de reprise d'une société*

*La formation prépare à la certification détenue par Créactifs, enregistrée au Répertoire
Spécifique le 31/01/2025 sous le numéro RS7004. Lien France Compétences :
<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7004/>*

DUREE : 49 heures

+ Elearning mis à disposition en asynchrone

TARIF : 4715 € TTC
(frais de certification inclus)

Pré requis : Tout public ayant un projet de création d'entreprise

- Maîtrise des outils bureautiques (traitement de texte, navigation internet, tableur)
- Aisance dans le rédactionnel et le traitement de données chiffrées.. Ce prérequis sera validé au travers d'un dossier d'admission.
- Questionnaire et entretien d' Admission Préalable :

Adéquation entre votre projet et votre personne

- Vos motivations
- Le projet en quelques mots
- Questionnaire de connaissances sur chaque module

Public visé : Entrepreneurs souhaitant concevoir et conduire un projet de création ou reprise d'entreprise

Encadrement de la formation :

Sophie Blustenne Beel, Formatrice Consultante spécialisée en RH Management, Développement personnel et coaching de Dirigeant de 4 structures depuis plus de 18 ans – est dotée d'une boîte à outils constituée de cas concrets
Créatrice du groupe OPL Business : club de développement et de réseau depuis plus de 3 ans
Membre de la CPME Oise

Moyens techniques et pédagogique :

- L'action de formation se déroulera en présentiel
- Celle-ci débutera par une présentation du formateur et de chacun des stagiaires et se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été exposé aux stagiaires en début de module avec le rappel des objectifs visés
- La pédagogie utilisée sera principalement l'apport de notions théoriques et d'exercices pratiques, sur les cas concrets de création d'entreprise des stagiaires qui devront se mettre en action tout au long de la formation sur leur projet.
- La validation des acquis se fera au fur et à mesure de chaque module par un cas pratique (via leur dossier Business Model + modèle CANVAS à compléter) remis en début de session
- Le formateur prendra également un temps pour répondre aux questions des stagiaires
- Diaporama exposé en vidéoprojection et Le livret pédagogique sera remis à chaque stagiaire à la fin de chaque module suivi

Compétences visés

- Vérifier la cohérence de votre projet de création d'entreprise en adéquation avec vos compétences, ambitions et contraintes personnelles
- Réaliser votre étude de marché
- Elaborer le Business Model de votre projet de création d'entreprise
- Choisir la forme juridique la plus adaptée à votre projet de création d'entreprise
- Evaluer la rentabilité financière du projet de création d'entreprise
- Sélectionner les moyens de communication et réseaux sociaux les plus adaptés aux personae identifiées
- Analyser les différents dispositifs financiers et aides possibles à la création d'entreprise
- Elaborer un argumentaire de présentation de votre projet de création d'entreprise
- Réaliser les différentes démarches d'immatriculation de l'entreprise

Objectifs visés :

- Définir son projet entrepreneurial
- Évaluer la faisabilité et la viabilité de son projet de création/reprise
- Apporter les connaissances juridiques, stratégiques, commerciale et financière à la création d'un projet d'entreprise
- Définir la structure juridique la plus appropriée à son activité et en mesurer les incidences fiscales et sociales
- Acquérir les bases pour créer/ reprendre une entreprise

Programme détaillé :

Point de votre projet entrepreneurial

- Votre profil/votre parcours
- Adéquation de votre parcours avec votre projet
- Cohérence, maturité et condition de réalisation/faisabilité de votre projet entrepreneurial
- Mesure des écarts
- Détermination des objectifs à atteindre avec retroplanning
- Adaptation de son offre à tout public (notamment handicapés)

Outils :

- 1-Business-Model-Canvas
- 2-Business Model et étude financière Word

Stratégie commerciale et définition du marché visé

- Comprendre la notion de marché.
- Analyser le marché visé : les clients, les concurrents, définir sa cible
- Définir sa stratégie commerciale.
- Définition de l'offre / demande.
- Comment identifier son marché dans sa totalité et avec les bonnes ressources d'informations
- Zone de chalandise et étude concurrentielle
- Fixation des priorités d'action
- Plan de communication et déploiement sur les réseaux de l'offre de service



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
Bio-Omnipraticien

CONDUIRE UN PROJET DE CREATION D'ENTREPRISE RS7004

Programme détaillé (suite) :

Outils

- 1-Business-Model-Canvas
- 2-Business Model et étude financière
- 3-Matrices PESTEL et SWOT

Elaborer sa stratégie financière et de rentabilité

- Connaître le lexique indispensable de la gestion financière de son marché
- Etablir son plan de financement
- Connaître les différents dispositifs (aides, organismes, type ACRE, autres aides à la création ADIE, OISE SUD Initiative...)
- La relation Banque : négociation frais, prêts possibles....)
- Le financement participatif (cagnotte, famille, associés...)
- Comprendre la notion de Business plan, tableau de trésorerie....

Outils :

- 1-Business-Model-Canvas
- 2-Business Model et étude financière
- 3-Exercice WIWICREA Plan Financier Prévisionnel
- 4-Calcul-de-seuil-de-rentabilité

Connaître et choisir sa structure juridique

- Comprendre les différents statuts juridiques et leurs implications sur les volets sociaux et fiscaux, ainsi que la responsabilité du chef d'entreprise. Avantages et inconvénients des différents statuts (TNS, SASU, AE...)
- Quelles structures juridiques pour quel statut (Panorama des statuts juridiques (SARL, EURL, SASU, l'EI, micro entreprise)
- Être seul ou avoir des associés : impacts et obligations
- Prévoir sa protection en matière de retraite, prévoyance, mutuelle, fiscale...
- Le guichet CFE

Outils :

- 1-BPI <https://bpifrance-creation.fr/aideauchoixdustatut>

Faisabilité du projet - Présentation jury

- Cohérence du Business Model
- Présenter son projet de manière claire et optimum à un tiers partenaire (Avocat, Banque, Comptable,...)
- Simulations avant présentation jury

DUREE : 49 heures

+ Elearning mis à disposition en asynchrone

TARIF : 4715 € TTC

- Un module Elearning sera mis à disposition du stagiaire – inclus dans son parcours) pour l'aider, en dehors des sessions à avancer sur son projet. Une assistante technique est à sa disposition pour tout besoin
- Coralie : c.henault@operationelle.com - 07.66.07.36.29
- La plate forme elearning utilisée est : XXXXX (voir certificateur)

Moyens d'évaluation et de suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaire, pendant la formation de réaliser un cas pratique de son propre projet de création. Ces exercices permettront de vérifier si les principes découlant de la formation ont bien été acquis par chacun d'entre eux. Un debrief oral des acquis entre le formateur et le stagiaire aura lieu en fin de module.

Une mise en situation professionnelle portant sur la conduite d'un projet de création d'entreprise avec remise d'un rapport écrit et soutenance orale devant un jury composé d'au moins 2 professionnels

Le résultat de l'évaluation par le jury sera adressé au certificateur pour validation du RS. L'attestation de réussite ou le parchemin sera envoyé par le certificateur au centre de formation, qui assurera la liaison avec le stagiaire et communiquera son résultat

En cas d'échec, une session de rattrapage sera prévue, le stagiaire pourra représenter son projet en s'appuyant sur le module elearning mis à sa disposition

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et chaque stagiaire, à l'issue de chaque demi-journée de formation.

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire à "chaud" sera rempli par le stagiaire

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d'handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Démarrage : Délai variable selon les financements. Pour les formations financées par le CPF, il devra s'écouler au mois 14 jours entre la date de confirmation de commande de la formation et son démarrage effectif (délai légal de rétractation).



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la opération'elle)

CONDUIRE UN PROJET DE MICRO-ENTREPRISE RS7005

Vous souhaitez créer votre micro entreprise. Vous ne savez pas par où commencer ? Cette formation va vous aider à approfondir l'ensemble des points à veiller lors d'un projet de création

La formation prépare à la certification détenue par Créactifs, enregistrée au Répertoire Spécifique le 31/01/2025 sous le numéro RS7005. Lien France Compétences : <https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7005/>

Compétences visés

- Définir son projet entrepreneurial
- Vérifier la cohérence de son projet entrepreneurial avec le régime de la micro-entreprise
- Identifier les opportunités liées à l'exercice, sous le régime de la micro-entreprise, de l'activité projetée
- Réaliser les démarches administratives liées à la création de sa micro-entreprise, en suivant les étapes dans le respect de la procédure applicable, selon le type d'activité exercée
- Définir le niveau de protection (juridique, assurantielle...) nécessaire à sa micro-entreprise et à son statut de micro-entrepreneur
- Elaborer un dispositif de pilotage de sa micro-entreprise, en définissant un processus simple de suivi et de contrôle des opérations administratives et comptables obligatoires
- Concevoir une stratégie de développement de sa micro-entreprise, en organisant les opérations commerciales et marketing à engager

Objectifs visés :

- Définir son projet entrepreneurial,
- Vérifier la cohérence de ce projet avec le régime de la micro-entreprise
- Identifier les opportunités liées à l'exercice de l'activité projetée
- Réaliser les démarches administratives liées à la création de sa micro-entreprise
- Définir le niveau de protection de sa micro-entreprise
- Elaborer un dispositif de pilotage simple pour garantir la conformité de sa micro-entreprise,
- Concevoir une stratégie de développement de sa micro-entreprise.

Programme détaillé :

Diagnostic de votre projet entrepreneurial

- Votre profil/votre parcours
- Adéquation de votre parcours avec votre projet
- Cohérence, maturité et condition de réalisation/faisabilité de votre projet entrepreneurial
- Mesure des écarts
- Détermination des objectifs à atteindre avec retroplanning
- Adaptation de son offre à tout public (notamment handicapés)

Outils :

- 1-Business-Model-Canvas
- 2-Business Model et étude financière Word

Stratégie commerciale et définition du marché visé

- Comprendre la notion de marché.
- Analyser le marché visé : les clients, les concurrents, définir sa cible
- Définir sa stratégie commerciale.
- Définition de l'offre / demande.
- Comment identifier son marché dans sa totalité et avec les bonnes ressources d'informations
- Zone de chalandise et étude concurrentielle
- Fixation des priorités d'action
- Plan de communication et déploiement sur les réseaux de l'offre de service



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
Bio-Omnipraticien

DURÉE : 28 heures

+ Elearning mis à disposition en asynchrone

TARIF : 2915 € TTC

(frais de certification inclus)

Pré requis : Tout public ayant un projet de création d'une micro entreprise

- Maîtrise des outils bureautiques (traitement de texte, navigation internet, tableur)
- Aisance dans le rédactionnel et le traitement de données chiffrées.. Ce prérequis sera validé au travers d'un dossier d'admission.
- Questionnaire et entretien d' Admission Préalable :

Adéquation entre votre projet et votre personne

- Vos motivations
- Le projet en quelques mots
- Questionnaire de connaissances sur chaque module

Public visé : Entrepreneurs souhaitant créer sa micro entreprise

Encadrement de la formation :

Sophie Blustenne Beel, Formatrice Consultante spécialisée en RH Management, Développement personnel et coaching de Dirigeant de 4 structures depuis plus de 18 ans – est dotée d'une boîte à outils constituée de cas concrets Créatrice du groupe OPL Business : club de développement et de réseau depuis plus de 3 ans Membre de la CPME Oise

Moyens techniques et pédagogique :

- L'action de formation se déroulera en présentiel
- Celle-ci débutera par une présentation du formateur et de chacun des stagiaires et se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été exposé aux stagiaires en début de module avec le rappel des objectifs visés
- La pédagogie utilisée sera principalement l'apport de notions théoriques et d'exercices pratiques, sur les cas concrets de création d'entreprise des stagiaires qui devront se mettre en action tout au long de la formation sur leur projet.
- La validation des acquis se fera au fur et à mesure de chaque module par un cas pratique (via leur dossier Business Model + modèle CANVAS à compléter) remis en début de session
- Le formateur prendra également un temps pour répondre aux questions des stagiaires
- Diaporama exposé en vidéoprojection et Le livret pédagogique sera remis à chaque stagiaire à la fin de chaque module suivi

CONDUIRE UN PROJET DE MICRO-ENTREPRISE RS7005

Programme détaillé (suite) :

Outils

- 1-Business-Model-Canvas
- 2-Business Model et étude financière
- 3-Matrices PESTEL et SWOT

Elaborer sa stratégie financière et de rentabilité

- Comprendre la notion de Chiffres d'affaires et de marge
- Définir sa politique de prix en lien avec le marché
- Connaître les différents dispositifs (aides, organismes, type ACRE, autres aides à la création ADIE, OISE SUD Initiative...)
- Les partenaires : banque, assurance...
- Le financement participatif (cagnotte, famille, associés...)
- Comprendre la notion de rentabilité, de facturation, de tableau de trésorerie....

Outils :

- 1-Business-Model-Canvas
- 2-Business Model et étude financière Word
- 3-Calcul-de-seuil-de-rentabilité

Connaître et choisir sa structure juridique

- Comprendre le statut de la micro entreprise
- Le cumul d'activité
- Prévoir sa protection en matière de retraite, prévoyance, mutuelle, fiscale...
- Le guichet INPI

Outils :

- 1-INPI : http://espace-autoentrepreneur.com/ruche/article/e-procedures-inpigad_source=1&gad_campaignid=22444522453&gbraid=0AAAAADJ38wgrUv77PmyZlokXsZJE-aKBd&gclid=CjwKCAjwruXBBhArEiwACBRtHQX-pVvoHs8mV8d1mj6Gn_bomczj2NoWRwCEGgkoiIWHyT7ZwJGEvxoCf80QAvD_BwE

Faisabilité du projet - Présentation jury

- Cohérence de son projet et sa pérennité
- Présenter son projet de manière claire et optimum à un tiers partenaire (avocat, comptable, banque...)
- Simulations avant présentation jury

DUREE : 28 heures

+ Elearning mis à disposition en asynchrone

TARIF : 2915 € TTC

- Un module Elearning sera mis à disposition du stagiaire – inclus dans son parcours) pour l'aider, en dehors des sessions à avancer sur son projet. Une assistante technique est à sa disposition pour tout besoin
- Coralie : c.henault@operationelle.com - 07.66.07.36.29
- La plate forme elearning utilisée est : XXXXX (voir certificateur)

Moyens d'évaluation et de suivi :

Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaire, pendant la formation de réaliser un cas pratique de son propre projet de création

Ces exercices permettront de vérifier si les principes découlant de la formation ont bien été acquis par chacun d'entre eux.

Un debrief oral des acquis entre le formateur et le stagiaire aura lieu en fin de module.

Une mise en situation professionnelle portant sur la conduite d'un projet de création d'entreprise avec remise d'un rapport écrit et soutenance orale devant un jury composé d'au moins 2 professionnels

Le résultat de l'évaluation par le jury sera adressé au certificateur pour validation du RS L'attestation de réussite ou le parchemin sera envoyé par le certificateur au centre de formation, qui assurera la liaison avec le stagiaire et communiquera son résultat

En cas d'échec, une session de rattrapage sera prévue, le stagiaire pourra représenter son projet en s'appuyant sur le module elearning mis à sa disposition

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur et chaque stagiaire, à l'issue de chaque demi-journée de formation.

Un questionnaire d'évaluation de la satisfaction stagiaire à "chaud" sera rempli par le stagiaire

Notre Référent répond à vos questions :

- Si vous avez des questions concernant le financement possible, la pédagogie, et / ou vous êtes en situation d'handicap :

Sophie BLUSTENNE BEEL : 07.71.68.46.50 / sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

Démarrage : Délai variable selon les financements. Pour les formations financées par le CPF, il devra s'écouler au moins 14 jours entre la date de confirmation de commande de la formation et son démarrage effectif (délai légal de rétractation).



Centre de formation

Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame
60880 JAUX



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

(la formation en ligne)

Lieu de formation



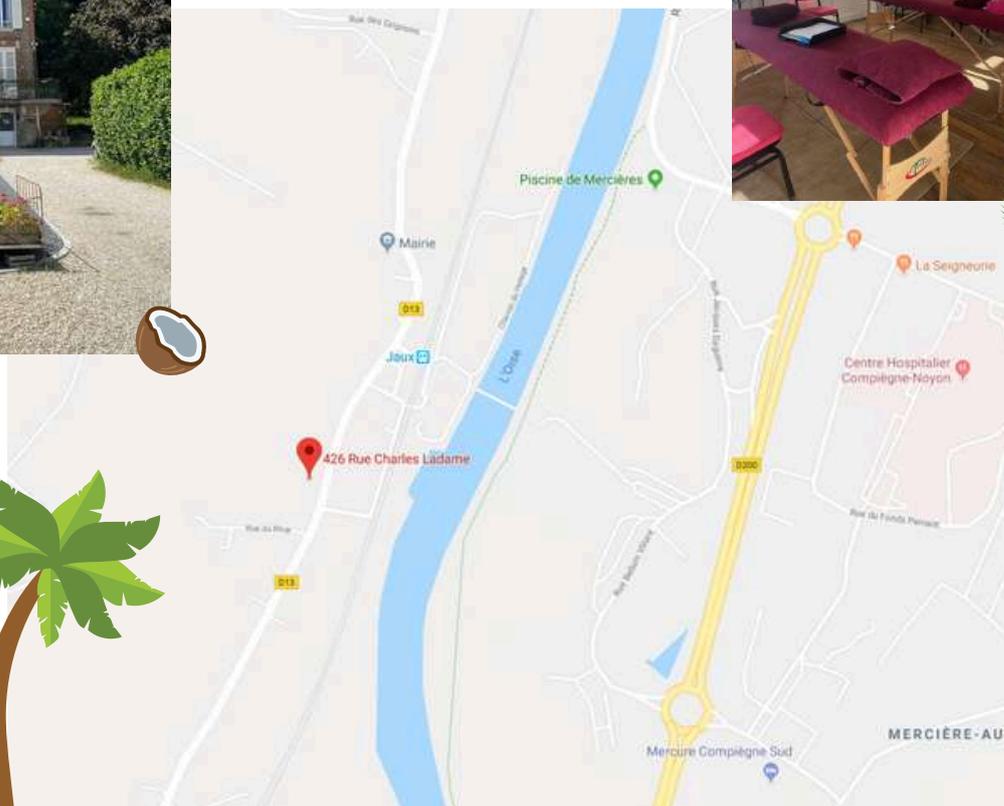
L'ACADÉMIE DU MASSAGE
- FRANCE -
By Opération'elle



Espace OHIPA
426 rue Charles Ladame, 60880 Jaux



Tel : 07.54.36.86.61





Hôtels - Hébergements à proximité



HÔTEL Kyriad - Compiègne

ZAC de Mercières, 10 Avenue Marcellin Berthelot, 60200 Compiègne



FAST HÔTEL - Jaux

94 Rue de Champagne, 60880 Jaux



HÔTEL IBIS STYLES

Place Jacques Tati, 60880 Jaux

RESTAURATION



LE RELAI DU PORT

Place du 14 juillet, Rue de la Gare, 60880 Jaux



Zone commerciale de Compiègne (brasserie, restauration rapide...)



Taxis



LEPOINT GILLES FREDY

79 Rue des Marivaux, 60880 Jaux



TAXI JORGE

58 bis Avenue Charles de Gaulle, 95700 Roissy-en-France



CONTACTS

TÉLÉPHONE

MAILS

ADRESSES

07.71.68.46.50 / 07.54.36.86.61

sophie.blustenne@lacademiedumassage.com

426 rue Charles Ladame, 60880 Jaux

SITE INTERNET

www.lacademiedumassage.com

RÉSEAUX SOCIAUX



lacademiedumassage



l'académie_du_massage_tahiti



l'académie du massage_tahiti

**Nous sommes prêt à vous accueillir
dans notre centre.**

A bientôt .



L'ACADÉMIE DU MASSAGE

- FRANCE -

By Opération'elle