



Fédération Française  
de Massages Bien-être

# Formation professionnelle

**CATALOGUE  
2020-2022**

FFMBE - 52 bd de Sébastopol - 75003 Paris - 01 72 76 25 68 - [administration@ffmbe.fr](mailto:administration@ffmbe.fr)







Chers collègues et ami·e·s,

Nous avons le plaisir de vous proposer le catalogue national de formation professionnelle continue de la FFMBE. Celui-ci vous offre un choix de formations selon des critères précis :

- **Qualité** : les organismes de formation sont tous membres agréés de la FFMBE, certifiés France-Massage.
- **Pertinence** : chaque organisme a sélectionné pour vous des formations pointues et qui lui sont spécifiques. En quelque sorte le meilleur. Ce qui fait son ADN.
- **Professionalisme** : ces formations sont exclusivement réservées à des professionnels formés et expérimentés. Qu'ils soient masseurs, professionnels de santé ou issus de tout autre métier utilisant le massage.

Chaque formation est présentée sur une page. Pour en savoir plus, il vous appartient de vous référer au site internet de l'organisme concerné.

La FFMBE ne gère ni les réservations ni les inscriptions. Nous sommes des passeurs. Pour vous inscrire, merci de vous adresser directement à l'organisme de formation selon les modalités indiquées sur chaque fiche.

Ce catalogue est une première expérience. Il s'inscrit dans la démarche de professionnalisation voulue par la Fédération. Souhaitons qu'il trouve son chemin et vous apporte un véritable service.

Bien cordialement.

Joël Demasson  
Président.

#### Avertissement

La publication de ce catalogue était initialement prévue en avril 2020. La crise sanitaire nous a conduit à différer sa publication. Elle a profondément bouleversé le programme des organismes de formations. Chacun a fait au mieux pour mettre à jour son offre. Cependant, nous vous invitons à vérifier les dates auprès des organismes concernés. Merci de bien vouloir excuser les erreurs qui résulteraient de ces changements.



Ils vous proposent le meilleur de leurs formations :

- Artec
- Azenday
- Cassiopée
- Cenatho
- École de qigong tuina
- École du massage intuitif
- Elzeard
- Institut français de formation psychocorporelle
- Institut de formation Joël Savatofski
- Institut de formation des métiers du bien-être 84
- Institut français des sciences de l'Homme
- Institut terres de phénix
- La passerelle
- Lemniscate processus
- Relation d'aide par le toucher
- Thalatherm
- The Miki school
- Yogsansara

... merci à eux.

*Les entreprises Biopulse et CLK-formation étaient initialement présentes dans ce catalogue, mais leurs activités de formation n'ont pas survécu à la crise Covid-19.*

*Nous tenons à assurer leurs équipes de toute la solidarité et l'amitié de la FFMBE. Ces tristes nouvelles nous rappellent combien est précaire le métier d'entrepreneur et nous invitent à exprimer notre admiration pour celles et ceux qui prennent tous les risques afin que vive notre profession.*



## Sommaire, classé par dates.

Chi nei tsang • Septembre 2020.....	7
Lateral / pré-postnatal / bébé • Septembre 2020.....	9
Massage sensoriel • Sept, novembre 2020, mars, décembre 2021 .....	11
Massages de tradition indienne • Sept 2020 – février 2021 .....	13
Massage latéral et pré-postnatal • Sept-oct ; mai-juin 2020.21.22.....	15
Anatomie Palpatoire • Octobre 2020, janvier, septembre, mars 2022 .....	17
Massage interactif • Octobre - novembre 2020 .....	19
Massage balinais • Octobre 2020.....	21
Troubles alimentaires • Octobre 2020 .....	23
Lomi Lomi Massage Hawaïen • Octobre 2020.....	25
Animateur Bien-Être • Octobre 2020 .....	27
Perfectionnement Kata Amma • Octobre 2020.....	29
Relation d'Aide par le Toucher® • Octobre 2020, août 2021 .....	31
Approche pratique de l'anatomie • Oct à décembre 2020 et 2021.....	33
Sit-Up Massage – Méthode Margaret Elke • Oct.- déc. 2020/2021 .....	35
Lemniscate & Polarité • Novembre 2020.....	37
Réajustements Articulaires • Novembre 2020 – avril 2021.....	39
Massage du bébé et du jeune enfant • Nov 2020 – mai juin 2021 .....	41
Massage balinais • Novembre 2020.....	43
Massage Deep Tissue • Novembre 2020 .....	45
Relaxation Jacobson et Gestion du Stress • Novembre 2020.....	47
Massage au quartz rose et huile essentielle de rose • Novembre 2020.....	49
Deep tissue spécial sportif • Décembre 2020.....	51
Massages aux bols chantants • Décembre 2020 .....	53
Massage Deep Tissue • Déc. 2020, fév. nov. 2021, fév. 2022.....	55
Réflexologie énergétique • Janvier à mai 2021 .....	57
Réflexologie abdominale • Janvier et juillet 2021 .....	59
Massages détoxifiant-relaxant • Janvier à avril 2021 .....	61
Lateral / pré-postnatal / bébé • Février 2021 .....	63





Massage Lemniscate • Février 2021 .....	65
Vridabhyanga – massage des personnes âgées • Février 2021 .....	67
Réflexologie palmaire • Février, mars 2021 .....	69
Massage Sportif • Février, mai 2021, février 2022 .....	71
Massage hawaïen Lomi Lomi • Mars 2021 .....	73
Relaxation Jacobson et Gestion du Stress • Mars 2021 .....	75
Ondulations et bercements tissulaires • Mars et mai 2021 .....	77
Massage Naturo Detox • Avril 2021 .....	79
Techniques de relaxation complémentaires • Mai 2021 – avril 2022 .....	81
Massage réflexe • Mai 2021 .....	83
Toucher relationnel de la personne âgée • Juin 2021 .....	85
Massage ayurvédique méthode Kaliani • Août 2021 .....	87
Shiro Abhyanga – massage assis tête-visage-épaules • Sept 2021 .....	89
Abhyanga – Massage du corps à l'huile chaude • Octobre 2021 .....	91
Animateur d'ateliers massage-enfants • Dates à préciser .....	93
Sit-up massage - Méthode Gestalt Massage® • Dates à préciser .....	95
Accompagnement par le massage • Dates à préciser .....	97
Massage du sportif • Dates à préciser .....	99
Praticien animateur bien-être au travail • Dates à préciser .....	101

## Intitulé de la formation

Chi nei tsang • Septembre 2020

## Descriptif

J1 : Introduction – Présentation – présentation du professeur et des élèves / motivations et objectifs – origines & fondements du Chi nei tsang – contre-indications, hygiène, déontologie. Compréhension générale du protocole. Pratique : « Ouvrir les portes » - chasser le Qi pervers, - détox de la peau , détox du gros intestin.

J2 : Révision de l'enseignement du jour 1. Détox de l'intestin grêle, libérer le diaphragme, détox du poumon, détoxifier le cœur, détox du foie et la vésicule biliaire, détoxifier la rate, détoxifier l'estomac, détoxifier les reins et la vessie.

J3 : Révision de l'enseignement du jour 2. Soulager le système lymphatique, harmoniser les émotions, centrer par les pous, conclure la séance. Synthèse / Contrôle des acquis. Révision de l'ensemble des techniques – Pratique supervisée d'un protocole complet de soin / corrections et conseils personnalisés – Conclusion

## Public et pré-requis

Public Praticien(ne) confirmé désireux(se) de se former au Chi Nei Tsang.

Pré-requis : Praticien(ne) confirmé ayant une formation initiale en massage sur table avec huile ou au sol et une pratique régulière.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
21h/3jours	20-22 sept.2020	24 rue Chapon 75003 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
400€HT	480€TTC	Acompte 30% à l'inscription, solde 70% le 1 <sup>er</sup> jour de formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
The Miki School	François Berger	francois@themikischool.com	01 42 72 51 18





## Intitulé de la formation

Lateral / pré-postnatal / bébé • Septembre 2020

## Descriptif

### Objectifs

Acquérir les techniques spécifiques Latéral / Pré / Post Natal du Gestalt Massage®. Acquérir la précision des gestes. Acquérir les techniques de massage Bébé. Apprendre à détendre et accompagner la future maman pendant la grossesse entre 4 mois et 7 mois. Intégrer le père dans la relation triangulaire père-mère- enfant. Transmission du massage bébé à la future maman et au père. Apprendre et respecter les limites de l'accompagnement Pré/Post Natal.

### Contenu

Enseignement des concepts et techniques spécifiques Latéral / Pré / Post Natal du Gestalt Massage®.

Enseignement des concepts et techniques du massage Bébé.

Révisions des concepts et techniques spécifiques de ce massage axé sur la précision des gestes.

2 modules de 3 jours de 24 heures soit 6 jours = 48 heures

### Pédagogique

Formation en présentiel / Pédagogie interactive / Apports théoriques et support de cours / expérimentation en binôme, feed-back

### Evaluation

Evaluation des acquis / Questionnaire d'évaluation à chaud / Fiche d'évaluation des acquis fin de formation / Fiche suivie pratique (25 accompagnements) Fiche de satisfaction / Examen pratique et écrit

## Public et pré-requis

Praticien en Massages Bien-Être – CV et lettre de motivation

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
6 jours / 48 heures	11-12-13 Septembre 2020	231, rue Paul Doumer – 78510 Triel sur Seine

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
716,67€HT	860,00€TTC	Chèque ou virement

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFFP	U Bandelow-Becart <a href="http://www.massagesgm.com">www.massagesgm.com</a>	<a href="mailto:sgmiffp@orange.fr">sgmiffp@orange.fr</a>	06 09 01 17 86



## Intitulé de la formation

Massage sensoriel • Sept, novembre 2020, mars, décembre 2021

## Descriptif

Pratiqué à même la peau avec des huiles essentielles, le Massage Sensoriel est une référence incontournable en matière de relaxation par le toucher ; bien plus qu'une simple démarche « sensitive », c'est une méthode complète qui interpelle l'individu dans l'ensemble de ses dimensions physiques, psychiques, émotionnelles et sensorielles.

### Objectifs de la formation

- Acquérir les gestes techniques spécifiques à chaque zone corporelle afin de les intégrer dans un protocole complet s'adressant à la globalité du corps.
- Identifier et s'appropriier les postures corporelles adaptées à la pratique.
- Intégrer une méthodologie permettant la mise en règlement des différentes étapes d'une séance.
- Repérer et prendre en compte les zones de tensions corporelles
- Adapter la méthode à la singularité des publics et des contextes professionnels rencontrés.
- Identifier les caractéristiques, le champ d'application et les limites d'intervention de la méthode.

### Programme de la formation : apports théoriques et pratiques

- Les différentes étapes d'une séance globale ou partielle selon les besoins du receveur.
- Les exercices d'échauffement corporel et de sensorialité pour éviter les tensions physiques.
- Le travail corporel (assouplissement et relâchement ; concentration ; postures ; respiration) et le positionnement du praticien (éthique ; hygiène personnelle ; respect de l'autre et respect de soi).
- L'approfondissement de la dimension relationnelle et le développement de l'acuité sensorielle et du sens du toucher pour repérer et prendre en compte les zones de tensions corporelles
- Le cadre et les limites du champ d'intervention du massage sensoriel (apports de la méthode ; contre-indications ; déontologie professionnelle ; aspects juridiques).

**Méthode pédagogique :** apports théoriques et ateliers pratiques de mise en situation professionnelle et expérimentations / Mises au point journalières pour contrôler le déroulement et l'intégration des méthodes

**Validation :** attestation de formation professionnelle

## Public et pré-requis

Les professionnels amenés à utiliser le toucher dans leur travail quotidien. Niveau bac ou équivalent

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
10 jours – 70h	2020 : du 28/09 au 02/10 2020 et 07 au 11/12 2021 : du 6 au 10/04 ; 27/09 au 01/10 ; 6 au 10/12	Ivry sur Seine

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1380 €HT	€TTC	Arrhes à l'inscription et solde lors de la formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
Artec formation	Laurence Cambillau	contact@artec-formation.fr	01 42 110 222



## **Massage sensoriel : la référence incontournable du toucher relationnel**

C'est le massage bien-être par excellence, sans aucune visée médicale ou paramédicale. Praticué à même la peau avec des huiles essentielles, le Massage Sensoriel est une référence incontournable en matière de relaxation par le toucher ; bien plus qu'une simple démarche «sensitive», c'est une méthode complète qui interpelle l'individu dans l'ensemble de ses dimensions physiques, psychiques, émotionnelles et sensorielles.

La maîtrise de cet outil de travail permet de s'adapter à un public large et diversifié, ainsi qu'à divers contextes de pratiques professionnelles. Il trouve ainsi sa place dans le cadre de la Communication et de la Relation d'Aide, de la Remise en Forme, de l'Animation d'ateliers pédagogiques ou éducatifs et dans l'Entreprise selon les objectifs professionnels suivis par le participant.

### **Programme détaillé module 1**

- Les diverses règlement de base du massage sensoriel.
- Les différentes étapes d'une séance globale ou partielle selon les besoins du receveur.
- Les conditions matérielles (lieu de pratique ; tables ; serviettes ; coussins ; huiles ; musique ; température...).
- Les exercices d'échauffement corporel et de sensorialité pour éviter la fatigue et les tensions physiques.
- Le travail corporel du praticien (assouplissement et relâchement ; concentration ; postures ; respiration).
- Le rôle et le positionnement du praticien (éthique ; hygiène personnelle ; respect de l'autre et respect de soi).
- Le cadre et les limites du champ d'intervention du massage sensoriel (apports de la méthode ; contre-indications ; déontologie professionnelle ; aspects juridiques).
- L'organisation de séances ou d'ateliers professionnels.

### **Programme détaillé module 2**

- Révision des règlement de base et bilan de leur intégration.
- Acquisition de nouvelles techniques plus élaborées.
- Approfondissement de la dimension relationnelle et gestion globale d'une séance.
- Développement de la flexibilité afin de personnaliser une séance.
- Adaptation des méthodes aux divers contextes professionnels et selon des publics spécifiques.
- Développement de l'acuité sensorielle et du sens du toucher pour repérer et prendre en compte les zones de tensions corporelles.

Plus d'informations sur [www.artec-formation.fr](http://www.artec-formation.fr)

## Intitulé de la formation

Massages de tradition indienne • Sept 2020 – février 2021

## Descriptif

### Objectifs

Découvrir différentes facettes du massage indien. Maîtriser 4 protocoles de massage bien-être.

### Programme

Jour 1

- Gestes de base du massage traditionnel Indien • Le massage crânien

Jour 2

- Le massage des pieds Kansu

Jour 3

- Le massage traditionnel des mains

Jour 4

- Le massage du dos à la bougie • évaluation de fin de formation

## Public et pré-requis

Validation préalable d'une formation initiale en français et en sciences à travers un Brevet des collèges ou tout diplôme équivalent.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
4 jours / 28 heures	17.18.19.20 sept 2020 ; 20.21.22.23 fév 2021	Chatou (78)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
675,00€HT	675,00€TTC	4 fois sans frais par prélèvement automatique

Organisme	Contact	Mél	Tél
Institut Cassiopée formation	Alice ANDRY	<a href="mailto:alice.andry@cassiopee-formation.com">alice.andry@cassiopee-formation.com</a>	01 74 08 65 94



Période de mise en application pratique : Livre d'or

Pendant une période de mise en application pratique, le stagiaire doit s'entraîner sur des personnes volontaires. Ces entraînements ont pour objet de permettre au stagiaire de s'approprier le savoir-faire et le savoir-être dont il a besoin pour maîtriser certaines matières et pouvoir ainsi en faire un usage professionnel de qualité.

Ceux-ci sont consignés et commentés dans un livre d'or. Une feuille de suivi permet de comptabiliser les différentes pratiques effectuées. Ces éléments font partie intégrante des évaluations auxquelles est soumis le stagiaire.

Le nombre de pratiques à effectuer est de 14, ce qui représente environ 14 heures d'entraînement exécutées à titre non onéreux.

## Intitulé de la formation

Massage latéral et pré-postnatal • Sept-oct ; mai-juin 2020.21.22

## Descriptif

**Le massage latéral et pré-postnatal** a été conçu par Margaret Elke dans les années 70, formatrice et formatrice de Professeurs en **Sensitive Gestalt Massage®**. Ce massage, enrichi par Roger Feuillet pour mieux l'adapter aux personnes alitées, a été enseigné au Service hospitalier de la Croix Rouge de Lyon.

**Objectifs** : ce massage est une variante du Sensitive Gestalt Massage® (S.G.M.) car il peut se pratiquer sur toute personne pour qui la position ventrale est inconfortable (femme enceinte à partir du 4<sup>ème</sup> mois et en post-natal, personne en surpoids ou hospitalisée).

**Pédagogie** : la formation est répartie sur plusieurs niveaux :

- \* le pré-requis (144h) : voir descriptif détaillé ;
- \* un stage de 3 jours (24h) pour assimiler tous les mouvements adaptés à la position latérale afin de détendre et d'accompagner la future maman avec l'intégration du père dans la relation père-mère-enfant ;
- \* un stage de révision de 2 jours (15h) pour compléter les manœuvres délicates de massage ;
- \* un assistantat de 3 jours (24h) avec de nouveaux stagiaires.

**Validation** : les conditions requises suivantes sont demandées avant la validation :

- \* 15 massages pratiqués en situation avec les Feedback des personnes massées et du futur praticien ;
- \* une journée pour la préparation à la validation (6h)
- \* un mémoire sur l'importance du **massage latéral et pré-postnatal** ;
- \* les réponses aux 10 questions posées ;
- \* le passage pour la Validation finale par un massage sur la formatrice en présence d'un observateur

## Public et pré-requis

**Le massage latéral et pré-postnatal** s'adresse à tout professionnel de la relation d'aide et en particulier *aux sages femmes, obstétriciens, infirmières et toutes personnes compétentes habilitées.*

**Pré-requis** : initiation au Sensitive Gestalt Massage® (S.G.M.), Niveaux 1 et 2 avec les révisions (144h) est indispensable car l'enseignement de ce massage se fait en 3 jours en adaptant les techniques apprises en pré-requis. Il va aussi permettre de découvrir la qualité du toucher dans l'esprit de la Gestalt et d'augmenter la conscience corporelle dans "l'ici et maintenant".

Nb Jours / d'heures	Dates	Lieu
8 jours / 63 heures	Septembre et octobre 2020 et 2021 Mai et juin 2021 et 2022	4 rue de l'Eyrette 84360 Mérindol

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
740 €HT	740 €TTC	Par chèque ou virement postal à l'Association Elzeard exonérée de la TVA

Organisme	Contact	Mél	Tél
Association Elzeard	Véronique Desseaux	vdesseaux123@gmail.com	06 72 55 06 85

Toutes informations complémentaires sur le site [www.elzeard.com](http://www.elzeard.com)



Les personnes recherchant une technique spécifique femmes enceintes ou personnes hospitalisées ou en surpoids peuvent commencer cette formation pour comprendre la profondeur de ce toucher précis et particulièrement réparateur.

*Le massage prénatal global, et du bébé en particulier, va permettre de communiquer de la tendresse, de la chaleur et du soutien. Le couple partage réciproquement cette forme de toucher sensible et attentionné et crée une union affective et nourricière qui retentit sur l'enfant. Déjà, à travers le corps de la future maman, comme les travaux de Ch. Baudoin l'ont montré, « leur bébé reçoit les caresses médiatisées par sa peau, son utérus, son système moteur sensoriel et son affectivité en gardant mémoire ».*

*Les travaux du Dr James Prescott, un chercheur neuropsychologue, ont montré que la privation de plaisir sensoriel physique est à l'origine de nombreuses perturbations émotionnelles. Ce massage est une expression palpable d'implication, de bonne santé et de bien-être qui contribue à une image de soi positive. Le Dr Stevanne Auerbach, directeur de « l'Institute for Childhood Ressources » affirme dans son livre « The whole Child » que « le besoin de massage nourrissant est essentiel pour les liens de la relation ».*

Pourquoi la formation en massage latéral et pré-postnatal demande un tel pré-requis, soit 144h en formation de Sensitive Gestalt Massage au préalable ?

Margaret Elke n'a jamais pu l'enseigner à ses étudiants novices sans expérience du massage et du S.G.M. en particulier. Le massage, d'une façon générale, est un apprentissage gestuel où la posture et l'état psychologique du masseur ou masseuse sont primordiaux. La technique pure correspond aux 5% de l'apprentissage. Si nous soldons celui du massage latéral et pré-postnatal à 63h en atelier spécifique, le-la stagiaire n'aura pas l'expérience requise demandée pour une reconnaissance de Praticien·ne en Massage Bien-Etre (254h) ni encore moins de Praticien·ne en Sensitive Gestalt Massage® (323h) hors options (Sit-Up Massage 57h et Massage latéral et pré-postnatal 63h).

Dans notre cursus professionnel, le massage latéral et pré-postnatal est optionnel en fonction de la demande spécifique des praticiens. Si nous l'ouvrons individuellement de son contexte, l'apprentissage est complexe et voué à l'échec telle l'expérience d'une sage-femme et d'une psychothérapeute venues en stage et qui n'ont jamais pu enregistrer cette pratique en 3 jours. Cette option seule, non valorisante dans ce cas et encore moins professionnalisante, n'a aucun intérêt.

Si cette formation intéresse une personne formée en massage bien-être issu de mouvances diverses, tout dépendra de son cursus personnel et professionnel et surtout de sa motivation.

La formation se déroule avec la formatrice, Véronique Desseaux en présence d'assistants ou d'accompagnateurs ayant déjà fait ce stage en résidentiel (l'hébergement en sus est sur place et les repas sont partagés ensemble). L'atmosphère est toujours très conviviale et le lieu de stage est très confortable. Nous n'utilisons que les tables Earthlite réglables avec des coussins spécifiques femme enceinte.





## Intitulé de la formation

Anatomie Palpatoire · Octobre 2020, janvier, septembre, mars 2022

## Descriptif

### Contenus

Cette formation propose l'apprentissage des bases anatomiques pour les systèmes osseux et musculaires. Repérage anatomique et palpation.

### Objectif

- Savoir repérer précisément les os et les principaux muscles du corps humains pour un toucher plus juste et précis.
- Savoir adapter ses gestes en tenant compte des limites du corps.

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Support papier au format d'un livret
- Vidéo projecteur
- Tables de massage sur place
- Démonstration
- Pratique en binôme entre stagiaires pour la pratique.

Validation des acquis par une évaluation pratique et théorique en fin de stage.

Pour plus d'information : <https://www.lapasserelle-massage.fr>

## Public et pré-requis

Formation continue ouverte à tous les publics sans pré-requis.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours / 21 h	6 au 8 oct. 2020 – 26 au 28 janv. 2021 – 7 au 9 sept. 2021 – 10 au 12 mars 2022	La Passerelle 26 avenue Jean Moulin 13100 Aix-en-Provence

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
450 €HT	450€ TTC	Par chèque, virement ou PayPal

Organisme	Contact	Mél	Tél
La Passerelle	Julia Lazzerini	contact@lapasserelle-massage.fr	06 62 37 57 02



La Passerelle Massage à Aix en Provence, vous propose une formation à l'**anatomie palpatoire**.

Module indispensable pour tous ceux qui veulent se perfectionner dans leur approche du massage notamment en deep tissue et massage sportif.

Nos formations alternent théorie, pratique et mise en situation professionnelle.

A la passerelle, vous serez formés, accompagnés tout au long de votre formation.

Un livret et une attestation de formation vous seront remis lors de votre formation.

Nos formations alternent théorie, pratique et mise en situation professionnelle.



## Intitulé de la formation

Massage interactif • Octobre - novembre 2020

## Descriptif

### Compétences à atteindre :

- Se perfectionner en massage grâce à un protocole de points d'appui et d'accompagnement à la libération de nœuds énergétiques
- Développer les compétences sensibles favorisant la récupération physique, mentale et émotionnelle du massé. Développer l'art du contact et la présence à l'autre
- Acquérir les notions théoriques notamment anatomiques et neurologiques nécessaires à la compréhension du massage INTERACTIF

### Objectifs pédagogiques et contenus de formation :

- Apprendre à interagir avec le massé pour permettre l'expression du mouvement spontané du corps
- Adapter l'accompagnement du massé en fonction de son tempérament
- 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 somatothérapie et de fasciathérapie

**Moyens pédagogiques :** document pédagogique remis à l'apprenant règlement sous forme de livret

**Moyen d'encadrement :** François Loutrel, masseur kinésithérapeute, acupuncteur, ostéopathe, formateur d'enseignant de Tai Chi Chuan et psycho-énergétique chinoise, formateur en massage depuis 1986.

## Public et pré-requis

Professionnels certifiés du massage, du bien-être

Public à la recherche d'outils complémentaires aux métiers à caractère paramédical, esthétique, social (handicap), sportif, ...

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours – 21 h	30.31 oct ; 1 <sup>er</sup> nov 2020	Nîmes (30320 Marguerittes)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
525 € HT	525 € TTC -25% si financement perso	30% d'acompte à la réservation et le solde avant le début de la formation – Par chèque ou virement

Organisme	Contact	Mail	Tél
Lemniscate processus lemniscate-processus.com/	Catherine Mauguin	cathy@le-jardin-interieur.com	06 67 57 98 58



Notre École est un organisme de formation détaché, vous pouvez demander un financement auprès de votre OPCO. Devis et étude de vos besoins en formation sur demande.

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.**

<https://www.lemniscate-processus.com/>

## 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 :

- 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 : une après-midi est consacrée à une évaluation thématique selon l'objectif du module
- Évaluation de fin de formation sous forme de QCM
- Massage supervisé par le formateur
- 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** : 3 jours – 21 h de 9h30/12h30 – 14h30/18h30
  
- **Rythme** : 3 jours en module
- **Mode d'organisation pédagogique** : présentiel
- **Lieux de formation** : à Marguerittes (Nîmes-ouest) et Montpellier

Adresse postale : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes  
Tel : 04-66-26-16-83





## Intitulé de la formation

Massage balinais • Octobre 2020

## Descriptif

**Présentation du massage :** la fondatrice d'Azenday est certifiée à Bali même. Le massage balinais est original : même si le massage est majoritairement à l'huile, certaines manœuvres se font à travers un paréo ou à même la peau sans huile, ce qui donne des sensations inédites. Il peut être assez profond et rythmé. Il est efficace pour entretenir la vitalité et le dynamisme.

**Contenu de la formation :** vous apprendrez non seulement les gestes du massage Balinais mais aussi un enchaînement pour donner une séance harmonieuse et bien sûr la façon d'amener une pression idéale tout en protégeant votre dos. Rituel du bain de pied. Plus d'infos sur [www.formation-massage.com](http://www.formation-massage.com)

**Prérequis :** avoir validé une formation en massage à l'huile sur table.

**Objectifs de la formation :** pratiquer une séance de massage balinais en véritable professionnel, accueillir le client, lui présenter le massage balinais, analyser ses attentes, préparer son matériel, appliquer les règles d'hygiène et de sécurité, l'installer confortablement sur la table de massage, pratiquer les gestes spécifiques du massage balinais (effleurages, pétrissages, points de pression, mobilisations, pressions glissées, percussions), réaliser le draping adéquat, adapter son massage aux attentes du client, conclure la séance.

**Pédagogie :** présentation orale de l'histoire du massage Lomi Lomi, des bienfaits et contreindications, présentation des règles d'hygiène et de sécurité...

Enseignement du massage par démonstration par le formateur puis mise en pratique par les stagiaires, supervisée par le formateur. Travail par séquences. Des révisions sont prévues chaque matin. Il est vivement conseillé aux stagiaires de réviser le soir chez soi.

**Modalités d'évaluation :** le dernier jour, le stagiaire donne une séance complète de massage balinais sur un des participants. Cette séance est évaluée par le formateur selon des critères qui sont indiqués aux stagiaires en début de formation. S'il obtient la moyenne, Azenday lui remet un certificat.

## Public et pré-requis

Professionnels du bien-être, de pratiques de santé alternatives (naturopathes, sophrologues, psychologues, coach sportifs...), de l'esthétique, personnes en reconversion.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours / 21H	1.2.3 octobre 2020	Paris (dispo dans d'autres villes, appelez-nous)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
480 €HT	480 €TTC	Nous contacter

Organisme	Contact	Mél	Tél
Azenday	Emy	<a href="mailto:offre@formation-massage.com">offre@formation-massage.com</a>	01 46 36 11 11







## Intitulé de la formation

Troubles alimentaires • Octobre 2020

## Descriptif

### Objectifs

Acquérir les concepts et techniques spécifiques du Gestalt Massage®, axé sur le schéma corporel et l'accompagnement des troubles alimentaires.

Savoir transmettre et poser des limites corporelles et psychiques et aider à la différenciation.

Savoir apporter un cadre sécurisant et respectueux. Savoir gérer les différentes émotions.

Acquérir une compétence dans l'accompagnement posture Gestaltiste.

### Contenu

Enseignement des concepts et techniques spécifiques du Gestalt Massage® axé sur le schéma corporel et sur l'accompagnement des troubles alimentaires. Concepts de la Gestalt Théorie en relation avec le thème de la formation : le self, le cycle de contact, frontière- contact, résistances (système de défense), ajustement créateur et ajustement conservateur, processus en cours, awareness, figure/fond.

Enseignement de l'accompagnement par la posture Gestaltiste. Travail sur le Schéma Corporel.  
Enseignement en complément des médias créatifs

1 module de formation de 24 heures de formation

### Pédagogique

Formation en présentiel / Pédagogie interactive / Apports théoriques et support de cours

Démonstrations, révisions, entraînement à la pratique, expérimentation en binome, feed-back

**Evaluation** : évaluation des acquis / Questionnaire d'évaluation à chaud / Fiche d'évaluation des acquis fin de formation / Fiche suivi de pratique (30 massages) / Fiche de satisfaction / Examen écrit et pratique

## Public et pré-requis

Praticien en Massages Bien-Être – CV et lettre de motivation

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
3 jours / 24 heures	2-3-4 octobre 2020	231, rue Paul Doumer – 78510 TRIEL SUR SEINE

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
364,17€HT	437,00 €TTC	Chèque ou virement

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFFP	U Bandelow-Becart <a href="http://www.massagesgm.com">www.massagesgm.com</a>	<a href="mailto:sgmiffp@orange.fr">sgmiffp@orange.fr</a>	06 09 01 17 86







## Intitulé de la formation

Lomi Lomi Massage Hawaïien • Octobre 2020

## Descriptif

### J1 Introduction – Présentation

- Origines & fondements de la technique
- Etude des termes techniques hawaïiens
- Préparation physique

Techniques - Le vol de l'oiseau Frégate - Application de l'huile - Client allongé sur le ventre : massage du dos, jambes et bras

### J2 Théorie - Les 7 piliers de l'enseignement Hawaïien - Préparation physique.

Protocole de soin :

- Client allongé sur le ventre : massage du dos, jambes et bras
- Client allongé sur le dos : massage des jambes, mobilisations

### J3 Discussion entre les participants du séminaire - Table ronde - Préparation physique.

Protocole de soin :

- Client allongé sur le dos : massage des jambes, ventre, bras, tête
- Clôture du massage

### J4 Révision Générale. Examen pratique complet pour tous les participants

## Public et pré-requis

Public Praticien(ne) confirmé(e) désireux(se) de se former au Lomi Lomi. Pré-requis : Praticien(ne) confirmé(e) ayant une formation initiale en massage sur table avec huile et une pratique régulière.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
28h/4jours	18-21 oct. 2020	24 rue Chapon 75003 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
483,33€HT	580€TTC	Acompte 30% à l'inscription, solde 70% le 1 <sup>er</sup> jour de formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
The Miki School	François Berger	francois@themikischool.com	01 42 72 51 18





## Intitulé de la formation

Animateur Bien-Être • Octobre 2020

## Descriptif

Lors de cette formation, vous allez acquérir les outils d'animation associés aux techniques de relaxation, de la prévention et la gestion du stress personnel ou professionnel, de la prévention santé, enfin de la QVT en entreprise. Vous allez devenir un professionnel de l'animation spécialisé en relaxation. Depuis la conception de séances de relaxation, aux techniques d'automassage, au massage Assis, à la relaxation Jacobson, vous allez apprendre à travailler avec un groupe, en comprendre son fonctionnement afin de lui proposer des activités qui répondent tant aux individus qui le constituent, qu'au groupe lui-même.

**Objectifs pédagogiques :** à l'issue de la formation d' ABE le stagiaire sera capable de :

- Concevoir un projet pédagogique, une séquence d'animation
- Définir un objectif, un projet en fonction d'un public. Rédiger un cahier des charges de projet : méthodologie de projet.
- Animer un ensemble de séances ou d'atelier dans le cadre d'un projet.
- Acquérir et maîtriser l'ensemble des techniques de relaxation et de médiation corporelle de la formation et les adapter selon les différents publics.
- D'utiliser les outils de la gestion de groupe : hétérogénéité, CNV
- Connaître et Appliquer les règles institutionnelles, éthiques et déontologiques référentes, législatives, et comptables de la profession.
- Réaliser des Audits, Etablir des devis, évaluer les coûts.
- Organiser et réaliser le projet selon les diagnostics et besoins du client.

Plus <https://www.ifmbe84.com/formations-professionnelles/animateur-bien-etre.html>

**Evaluation :** évaluation située de Vial - Evaluation de Kirkpatrick

Rapport de stage : contextualisation de la formation, du stage, du projet pédagogique et analyse des outils de relaxation - Soutenance : présentation du rapport de stage

## Public et pré-requis

Praticien Massage Bien-être ou Praticien Massage Assis  
 Professionnel des secteurs sanitaire et médico-social et de l'enseignement  
 Conseiller QVT, manager, responsable RH.

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
15 jours /272h 3 cycles	19 au 23 /10/2020 ; 16 au 20/11/2020 ; 7 au 10/12/2020 Idem automne 2021	Carpentras, Mormoiron Vaucluse

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1980,00€HT	1980,00€TTC	Chèques - Règlement en échéancier possible sur justificatif

Organisme	Contact	Mail	Tél
IFMBE84	Audrey GOBIN	<a href="mailto:ifmbe84@gmail.com">ifmbe84@gmail.com</a> - <a href="http://www.ifmbe84.com">www.ifmbe84.com</a>	06 66 10 38 63





À l'issue de cette formation, vous saurez construire un projet pédagogique, travailler en équipe, animer des ateliers de bien-être en accueil collectif ou individuel, depuis l'enfant à la personne âgée, depuis les écoles au monde du travail, de l'entreprise.

## Intitulé de la formation

Perfectionnement Kata Amma • Octobre 2020

## Descriptif

**Contenu :** le perfectionnement du Kata Amma développe l'étude des méridiens parcourus dans ce massage acupressif, en précisant la localisation des points d'énergie principaux, utilisés pour soulager les tensions et les douleurs du dos, de la nuque, des épaules et des membres supérieurs. S'appuyant sur les manœuvres acupressives du kata Amma, il développe de nouvelles techniques appartenant au Tuina, au Shiatsu et à la digitopression, pour amplifier le déblocage énergétique des points et accélérer la circulation de l'énergie dans ces derniers.

**Objectif :** ce perfectionnement permet aux praticiens déjà installés d'approfondir leur technique acupressive et leur donne la possibilité d'aller plus loin dans leur proposition.

En cabinet de soin, les techniques abordées offrent un complément simple, sûr et efficace dans le soulagement des douleurs précitées. Les professionnels du bien-être peuvent se démarquer par cette proposition approfondie.

Quel que soit le contexte de la pratique, ce stage de perfectionnement offre aux stagiaires une technique supplémentaire qui s'appuie sur la pratique énergétique chinoise, sans avoir l'obligation d'en connaître les fondements.

**Pédagogie :** les stagiaires bénéficient d'un support de cours sur lequel ils pourront s'appuyer pour retrouver les points situés sur les trajets de méridiens. Chaque manœuvre est expliquée et démontrée avant d'être réalisée et reçue par le stagiaire de façon répétée pour une meilleure maîtrise et mémorisation.

**Validation :** attestation de formation nominative à la fin du stage. Certificat de formation nominatif après validation des acquis dans le mois qui suit la formation.

## Public et pré-requis

**Public :** ce stage de perfectionnement s'adresse aux thérapeutes et aux professionnels du bien-être voulant enrichir leur pratique, pour soulager leur entourage dans les douleurs de dos, de nuque, d'épaules ou de membres supérieurs.

**Pré-requis :** justifier de sa formation en Kata Amma Assis

Nb Jours / d'heures	Dates	Lieu
2 jours – 14 heures	25 & 26 octobre 2020	111 Chemin du Val Fleuri 06800 Cagnes/Mer

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
260 €HT	260 €TTC	Chèque

Organisme	Contact	Mail	Tél
Institut Terres des Phénix	Véronique Lorenzoni	veronique@institut-terres-des-phenix.fr	06 15 64 51 50



## Intitulé de la formation

Relation d'Aide par le Toucher® • Octobre 2020, août 2021

## Descriptif

### Compétences développées par la formation :

Accueillir et écouter une personne dans sa demande d'aide. Mettre en œuvre des outils de communication non-directive. Clarifier la demande d'aide et établir une anamnèse psychosomatique. Evaluer les tensions psychosomatiques (tonus musculaire, posture, respiration, etc.). Elaborer une stratégie d'aide et établir un protocole de séances. Mettre en œuvre des techniques de massage adaptées à la personne. Aider la personne à intégrer son vécu des séances d'aide. Aider la personne à mobiliser ses ressources personnelles. Evaluer ses résistances et l'aider à les dépasser. Gérer la relation thérapeute-patient. Evaluer les résultats obtenus.

### Domaine d'application et métier référent :

Masseur détente indépendant ou salarié en centre bien-être, spa, cabinet d'esthétique, etc. Psychothérapeute, sophrologue, thérapeute psycho-corporel. Professions paramédicale et médico-sociales (aide-soignant(e), puériculteur/trice, infirmière, médecin, kinésithérapeute, ergothérapeute, éducateur/trice, enseignant(e), gardien(ne) d'enfants, esthéticien(ne), etc.). Coach sportif, coach personnel. Educateur sportif, entraîneur, professeur de yoga ou d'arts martiaux, etc. Art-thérapeute, professeur d'arts plastique, de musique, etc.

### Objectifs :

Maîtrise et adaptation en situation des protocoles de soutien corporel par la détente et le toucher: le protocole ART (Accompagnement Respiration Toucher). Principes et outils de base de la communication non directive - Gestion et intégration verbale des réactions à la détente et au toucher, le concept de corps-vie-esprit (CVE). Mise en œuvre des Techniques Relationnelles d'Accompagnement: le protocole TRA. Investissement et positionnement dans l'accompagnement relationnel: définitions du patient-partenaire et de l'accompagnant-facilitateur. Acquisition d'outils d'aide par la visualisation, l'imagerie mentale et la mobilisation des ressources personnelles.

## Public et pré-requis

La Relation d'Aide par le Toucher - Techniques Relationnelle d'Accompagnement (TRA) nécessite une connaissance de base en techniques de toucher et leurs contre-indications (Massage – Shiatsu, Relaxation coréenne – Réflexologie plantaire – Polarités).

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
20 jours	Oct. 2020 à Aout 2021	Paris ou Lyon

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1916€ HT	2395€ TTC	Domiciliation SEPA

Organisme	Contact	Mél	Tél
La Relation d'aide par le toucher®	Fabrice Mascaux <a href="http://www.toucher.fr">www.toucher.fr</a>	<a href="mailto:fabrice.mascaux@gmail.com">fabrice.mascaux@gmail.com</a>	+33 (0)9 70 40 83 40



**Module 1 (16 h) :** outils d'accueil d'un patient-partenaire, d'écoute et de bilan de CVE (Corps-Vie- Esprit). Introduction à la communication non-directive. Pratique de la reformulation. Retour sur la respiration et les techniques d'investissement respiratoire. Repérage et déchiffrage des nœuds du CVE: les étages du dos. Concordance avec les pieds. Synthèse des techniques de base: le protocole ART. Pratique du protocole ART pour l'arrière du corps. Principes généraux de l'intégration verbale. Pratique de l'intégration d'un acquis positif. Transfert des acquis dans les situations de vie.

**Module 2 (16 h) :** le principe de mise en situation et l'engagement du patient-partenaire. Notion d'inscription et de déchiffrage de l'histoire de vie dans le corps. Pratique du protocole ART: enchaînements en position latérale et en position assise, relâchement des nœuds du CVE pour le haut du corps. Concordance avec les pieds – Les différentes réactions au protocole ART et leur gestion en situation. Introduction au TRA, Techniques Relationnelles d'Accompagnement. Principes d'intégration des souvenirs du passé. Pratique de l'intégration verbale d'une situation inachevée et retour au présent.

**Module 3 (16 h) :** l'importance et l'impact des non-dits dans les relations humaines. Répercussions sur les vécus corporels. Les mécanismes relationnels: projection, introjection, identification, confluence. Les nœuds du CVE associés à une situation relationnelle problématique. Repérage et déchiffrage des nœuds: le corps-étoile (bras, jambes. tête). Pratique du protocole ART pour les bras et les jambes, synthèse des techniques du niveau I, intégration et perfectionnement de la relaxation coréenne dans une approche globale. Introduction à la visualisation en situation et intégration des non-dits dans une relation. TRA pour les problématiques relationnelles.

**Module 4 (16 h) :** les influences familiales et les positionnements de vie. Exploration et mise en évidence des croyances parentales. Leur inscription dans le corps et la posture. L'importance de la vie organique. Les couches du CVE. Repérage et déchiffrage des nœuds de l'avant du corps. Pratique du protocole ART pour l'avant du corps. Concordance avec les pieds. TRA pour les problématiques familiales. Introduction à la construction d'une séance type d'accompagnement relationnel par le toucher et l'intégration verbale.

**Module 5 (16h) :** la symbolique et les enjeux du changement. L'importance du processus de naissance. Les différentes phases de la vie avant et après la naissance. L'influence du processus de naissance sur les positionnements et les croyances de vie. Leur inscription dans la posture. Pratique de la respiration intégrative dans le protocole ART. Le positionnement de l'accompagnant-facilitateur. Principes d'intervention minimale et d'écologie personnelle dans les TRA. Questionnaires d'évaluation des acquis, des outils et du processus des stagiaires dans la formation.

**Module 6 (16h) :** prise en compte et importance des contenus émotionnels. Présentation des signes émotionnels. Aide à l'exploration personnelle des émotions. La relation entre les émotions, la respiration et le mouvement. La nécessité de l'expression émotionnelle. Pratique du reflet émotionnel. Pratique du protocole ART pour favoriser la liberté respiratoire. Introduction à la psycho dynamique des étages du corps. Les étapes de la gestion des émotions dans les TRA. Le protocole d'accompagnement émotionnel et l'intégration des besoins. La mobilisation des ressources personnelles.

**Module 7 (16h) :** les notions de perception et d'intention dans l'accompagnement relationnel. Leur mise en pratique par la visualisation dans le protocole ART. Déchiffrage psycho énergétique des étages du corps. Intégration du rééquilibrage, de l'harmonisation et de la polarisation dans le protocole ART. Journée d'évaluation: rappel et démonstration pour la mise en place d'une séance, mise en pratique de l'évaluation tripartite (auto évaluation du praticien, évaluation du patient et évaluation des formateurs), retour sur les acquis et l'évaluation. Mise en place de pistes de travail personnel.

**Stage Synthèse (48 h) :** révision et approfondissement du protocole ART sur l'ensemble du corps. Intégration finale des différentes techniques de base. Organisation pratique des séances. Les différentes demandes et la mise en place de protocoles ART personnalisés. Exploration systématique des attitudes de communication non-directive. Pratique du questionnement spécifique. L'intégration des sensations-images dans les TRA. Introduction aux techniques de rêve éveillé. Reprise et synthèse des différents processus d'intégration verbale. La conjonction des protocoles ART et TRA. Les champs d'utilisation de l'accompagnement relationnel : personnel, travail, famille, social. Les limites de l'accompagnement relationnel. Cercle questions-réponses et clôture de la formation pratique de base.



## Intitulé de la formation

Approche pratique de l'anatomie • Oct à décembre 2020 et 2021

## Descriptif

Il s'agira de s'intéresser profondément aux logiques anatomiques (osseuses, musculaires, fasciales et vicérales) pour étayer la compréhension du corps et la construction de protocoles de massages bien-être intelligents.

### objectifs pédagogiques

- Connaître l'anatomie osseuse, articulaire et musculaire du corps humain.
- Savoir distinguer, par le toucher, les différentes strates de tissus et leur type de tension.
- Connaître l'anatomie viscérale et savoir mener une approche abdominale de la détente de façon judicieuse et approfondie.

Plus d'infos : <https://formation-massage.empsi.fr/formations/anatomie-pratique/>

## Public et pré-requis

Professionnel(le)s du massage bien-être en exercice, ayant déjà une connaissance théorique de l'anatomie.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
9 journées/66 heures	Oct, nov, déc. 2020 et 2021	Epineuil (Bourgogne)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1122€HT	1122€TTC	Frais d'inscription offerts au adhérent(e)s FFMBE

Organisme	Contact	Mél	Tél
Ecole du Massage Intuitif	Estelle	contact.empsi@gmail.com	06 47 00 65 50



## Intitulé de la formation

Sit-Up Massage – Méthode Margaret Elke • Oct.- déc. 2020/2021

## Descriptif

### Contenus

Tonique, rapide, efficace, ce Massage assis habillé de 30 à 35 minutes est stimulant et relaxant à la fois et il intègre les principes du Sensitive Gestalt Massage® (S.G.M.) unifiants avec pétrissages, vibrations, percussions douces, stimulations, lissage avec la respiration consciente, couleurs et sons. Des techniques avancées font l'objet d'une 3ème journée lors de la formation (21h au total) pour soulager le cuir chevelu, la nuque et les trapèzes. La révision (15h) et la préparation à la validation (6h) permettent l'évaluation des acquis.

### Objectifs

Former des personnes motivées au cours de ces stages de formation **courte, complémentaire et validée** pour inciter ce besoin de Bien-Être dans les entreprises où le stress et les tensions se généralisent de plus en plus avec des effets pervers sur le psychisme et le mal-être, en Événementiels pour le vulgariser, sur les lieux de vacances ou en famille.

### Pédagogie et organisation

Présentiel avec assistants et hébergement sur place. Support écrit et vidéo. Démonstrations, échanges, feed-back et mise en situation. Exercices de jeu de rôle avant la séance et des feed-back en fin de séance.

### Evaluation jusqu'à la validation

Evaluation des acquis, un assistantat, 35 massages pratiqués en situation avec fiches des commentaires des personnes massées et du futur praticien et fiche d'évaluation du contrôle pratique sur la formatrice en présence d'un observateur et théorique (100€).

## Public et pré-requis

Tout praticien en massage Bien-Être ou Initiation et Niveau 1 en Sensitive Gestalt Massage®

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
6 jours / 42 h	3-5 oct. et 19/20 déc. 2020 et 2021 + 6h pour la préparation à la validation	4 rue de l'Eyrette 84360 Mérindol

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
730,00 €HT	730,00 € TTC	Par chèque ou virement (examen compris)

Organisme	Contact	Mél	Tél
Centre de formation ELZEARD	Véronique DESSEAUX www.elzeard.com	vdesseaux123@gmail.com	06 72 55 06 85





## Intitulé de la formation

Lemniscate & Polarité • Novembre 2020

## Descriptif

**J1** : Exercices d'éveil corporel. Introduction – Présentation - présentation du formateur et des participants - contenu de la formation / objectifs.

Les manœuvres de base (théorie et pratique guidée) : glissés/lemniscate/polarités niveau 1 - exercice de coordination motrice.

Contre-indications, hygiène, matériel, positionnement, poids du corps.

**J2** : Exercices d'éveil corporel - étirements/ lemniscate/polarités niveau 2.

- harmonisation entre les membres inférieurs et le tronc
- déplacements autour de la table

**J3** : Exercices d'éveil corporel. Techniques de foulage/ lemniscate/polarités niveau 3 - harmonisation entre les membres supérieurs et le thorax.

Synthèse :- révision de l'ensemble des techniques - pratique supervisée d'un modelage de 45 min / corrections et conseils personnalisés.

Echange entre les participants / Questions-Réponses - Conclusion

## Public et pré-requis

Public Praticien(ne) confirmé(e) désireux(se) de se former au Lemniscate. Pré requis : Praticien(ne) confirmé(e) ayant une formation initiale en massage sur table avec huile et une pratique régulière.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
21h/3jours	8-10 nov. 2020	24 rue Chapon 75003 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
400€HT	480€TTC	Acompte 30% à l'inscription, solde 70% le 1 <sup>er</sup> jour de formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
The Miki School	François Berger	francois@themikischool.com	01 42 72 51 18





## Intitulé de la formation

Réajustements Articulaires • Novembre 2020 – avril 2021

## Descriptif

Ce stage se propose de vous faire découvrir des techniques manuelles de réajustements articulaires visant à solutionner les cas les plus fréquents de blocages articulaires en cabinet.

Sans être une formation complète en ostéopathie, ce stage vous permettra d'enrichir votre pratique et d'appliquer des solutions simples et sans danger. Il vous permettra aussi de rentrer dans l'étude de l'anatomie de façon très pragmatique et palpatoire, puisque de constants allers-retours sont faits entre l'étude théorique des structures du corps et les techniques manuelles. Ces techniques sont inspirées des techniques ostéopathiques fondamentales. Elles sont pensées pour vous permettre de travailler en totale sécurité en séances, tout en ayant un maximum d'efficacité.

Pour chaque zone étudiée, nous commencerons par l'étude de l'anatomie ostéoarticulaire théorique et palpatoire, puis nous poursuivrons par le testing orthopédique et les réflexes ostéotendineux. Ensuite, nous explorerons les principales dysfonctions des membres supérieur et inférieur, du rachis et du bassin, et nous proposerons pour chacune un ensemble de corrections adaptées au profil de la personne.

## Public et pré-requis

Formation ouverte à toute personne déjà certifiée en Massage Bien-être ou ayant déjà une certification ou pratique professionnelle dans une méthode manuelle (énergétique chinoise, massage, réflexologie, magnétisme, etc.).

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
5 jours / 35 heures	4 au 8 novembre 2020 24 au 28 avril 2021	St Vallier de Thieu (06)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
541,67 €HT	650 €TTC	Acompte 70 € à l'inscription, paiement en 1 ou 5 fois sans frais.

Organisme	Contact	Mél	Tél
Ecole de Qigong Tuina	Amaël Ferrando	contact@qigong-tuina.com	06 27 09 63 98







## Intitulé de la formation

Massage du bébé et du jeune enfant • Nov 2020 – mai juin 2021

## Descriptif

Le massage bien-être du bébé vient s'inscrire dans une démarche de soutien à la parentalité en permettant aux professionnels de proposer un espace d'éveil, d'accompagnement et de communication aux enfants.

### Programme de la formation / Apports théoriques et pratiques

Les apports et effets sur les différentes dimensions du développement de l'enfant, sur la fonction parentale, sur la qualité d'accompagnement des professionnels.

Le protocole : prise de contact et qualité de toucher adaptées, huilage et gestuelle spécifiques aux différentes parties du corps, gestes de réunification, mobilisations douces, positions de retour au calme.

Les techniques de toucher adaptées à l'univers de l'enfant qui grandit : introduction à la relaxation coréenne ; la dimension créative et ludique dans la relation avec l'enfant.

De la technique à la relation : méthodes relationnelles, toucher sensible et sédation, écoute et parole.

L'écoute du bébé et de l'enfant : repérer et prendre en compte les manifestations corporelles.

Les conditions de pratiques : éléments de confort et préparation du lieu, matériel utile, durée et temporalité.

**Objectifs de la formation** : acquérir une gestuelle contenant et enveloppante permettant de pratiquer un massage bien-être visant l'éveil du bébé sur les plans sensoriel, psychomoteur, émotionnel et affectif.

Repérer et s'approprier les différentes modalités d'organisation, de progression et de régulation des interactions permettant de structurer le déroulement et le suivi de séances individuelles ou d'ateliers.

Apprendre à décoder, respecter et répondre aux besoins singuliers des bébés et des jeunes enfants en développant ses capacités d'attention, d'observation et d'écoute

**Méthode pédagogique** : apprentissage de la gestuelle spécifique au bébé avec des poupons.

**Validation** : attestation de formation professionnelle

## Public et pré-requis

Les professionnels de la parentalité : avoir une expérience des techniques du Toucher-massage bien-être ou une pratique professionnelle de la petite enfance.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
5 jours – 35 heures	2 au 6/11 2020 ; 1 au 5/03 2021 ; 2 au 6 /11 2021	Ivry sur seine

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
690 €HT	€TTC	Arrhes à l'inscription et solde lors de la formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
Artec formation	Laurence Cambillau	contact@artec-formation.fr	01 42 110 222





## Animer des ateliers d'éveils sensoriels pour le bébé et le jeune enfant

C'est au travers de ses expériences sensorielles, motrices, affectives et émotionnelles que le bébé entre en relation avec le monde et son environnement.

Entièrement dépendant de l'attention des personnes qui l'entourent, la nature des interactions entre l'enfant, ses parents et les professionnels qui en prennent soin jouent un rôle prédominant sur son développement physique, psychomoteur, affectif et relationnel. C'est dans le champ de ces premières découvertes fondatrices que le toucher occupe une place prépondérante.

Pour les professionnels amenés à utiliser le toucher dans leur travail quotidien auprès des enfants, le massage bien-être du bébé s'inscrit dans la continuité de cette réflexion autour de la recherche de sollicitations tactiles adaptées à ses besoins et à ses limites. Le massage bien-être du bébé vient également s'inscrire dans une démarche de soutien à la parentalité en permettant aux professionnels de proposer un espace d'accompagnement aidant à l'instauration des liens affectifs entre les parents (ou référents parentaux) et leur enfant.

Cette approche du toucher relationnel prend tout son sens dans ces orientations de pratique en constituant pour le bébé et le jeune enfant un médiateur essentiel d'éveil, de développement et de communication.

### Programme détaillé

- Les fonctions et applications du massage bien-être pour le bébé et le jeune enfant (apports et effets sur les différentes dimensions du développement de l'enfant, sur la fonction parentale, sur la qualité d'accompagnement des professionnels).
- Les origines et les pratiques transculturelles du massage traditionnel du bébé.
- Les principes de précautions à tenir et les contre-indications à respecter.
- Le protocole : prise de contact et qualité de toucher adaptées, huilage et gestuelle spécifiques aux différentes parties du corps, gestes de réunification, mobilisations douces, positions de retour au calme.
- Les techniques de toucher complémentaires permettant de s'adapter à l'univers de l'enfant qui grandit: introduction à la relaxation coréenne (mobilisations, vibrations, étirements, bercements) ; le développement de la dimension créative et ludique dans la relation avec l'enfant.
- De la technique à la relation : méthodes relationnelles, toucher sensible et sédation, écoute et parole.
- L'écoute du bébé et de l'enfant : repérer et prendre en compte les manifestations corporelles et les réactions du bébé pour le comprendre et répondre à ses besoins.
- La structuration, la construction, la progression et le suivi des séances individuelles et des ateliers en petit groupe.
- Les conditions de pratiques : éléments de confort et préparation du lieu, matériel utile, huiles et corps gras indiqués, durée et temporalité.
- Le rôle et la place des divers adultes présents au cours de séances individuelles ou d'ateliers (la place de la mère, et/ou du père, du ou des professionnels accompagnants).
- Les principes de communication interpersonnelle favorisant la confiance, la sécurité, l'implication, l'échange et le partage entre professionnels, parents et enfants.

Plus d'informations sur [www.artec-formation.fr](http://www.artec-formation.fr)





## Intitulé de la formation

Massage balinais • Novembre 2020

## Descriptif

### Objectifs

Comprendre les origines et les influences de la tradition balinaise. Savoir stimuler les points énergétiques. Maîtriser le protocole du massage balinais. Découvrir le massage à quatre mains

### Programme

Jour 1 : • Historique et présentation du massage balinais • Les chakras et les méridiens • Protocole de la face arrière

Jour 2 : • Protocole de la face avant • Pratique du protocole complet

Jour 3 : • Révision du protocole complet • Massage à 4 mains • Questions-réponses • Evaluation de fin de formation

## Public et pré-requis

Validation préalable d'une action de formation professionnelle en Massage bien-être.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours / 20 heures	Du 27 au 29 novembre 2020	Chatou (78)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
500,00€HT	500,00€TTC	4 fois sans frais par prélèvement automatique

Organisme	Contact	Mél	Tél
Institut Cassiopée formation	Alice Andry	alice.andry@cassiopee-formation.com	01 74 08 65 94

TLSVP





Période de mise en application pratique : Livre d'or

Pendant une période de mise en application pratique, le stagiaire doit s'entraîner sur des personnes volontaires. Ces entraînements ont pour objet de permettre au stagiaire de s'approprier le savoir-faire et le savoir-être dont il a besoin pour maîtriser certaines matières et pouvoir ainsi en faire un usage professionnel de qualité.

Ceux-ci sont consignés et commentés dans un livre d'or. Une feuille de suivi permet de comptabiliser les différentes pratiques effectuées. Ces éléments font partie intégrante des évaluations auxquelles est soumis le stagiaire.

Le nombre de pratiques à effectuer est de 14, ce qui représente environ 14 heures d'entraînement exécutées à titre non onéreux.



## Intitulé de la formation

Massage Deep Tissue • Novembre 2020

## Descriptif

**Présentation du massage :** le massage Deep Tissue est originaire d'Amérique du Nord. C'est une technique avancée de massage qui vise à travailler dans une grande écoute du corps, en lenteur et sur des zones déterminées en accord avec le client, pour dénouer les tensions, à améliorer souplesse et mobilité.

**Contenu de la formation :** vous apprendrez non seulement de nouvelles techniques de massage mais plus encore, vous travaillerez l'écoute du corps et de ses tensions, la précision de votre toucher sur des muscles précis (planches anatomie), la façon d'amener une pression idéale et bien sûr les postures et déplacements particuliers à ce massage. Plus d'infos sur [www.formation-massage.com](http://www.formation-massage.com)

**Prérequis :** avoir validé une formation en massage suédois et avoir pratiqué le massage suédois. Pour profiter pleinement de cette formation, nous vous recommandons d'avoir suivi un module d'anatomie.

**Objectifs de la formation :** pratiquer une séance de Deep Tissue en véritable professionnel, accueillir le client, lui présenter le massage Deep Tissue, analyser ses attentes, convenir ensemble des zones à travailler, préparer son matériel, appliquer les règles d'hygiène et de sécurité, l'installer confortablement sur la table de massage, identifier les zones de tensions, pratiquer les gestes spécifiques du massage Deep Tissue (travail avec les poings roulés, paumes, avant-bras, bout des doigts, mobilisations, étirements...) réaliser les drapings, adapter son massage aux attentes et réactions du client, conclure la séance.

### Pédagogie :

- Présentation orale du massage Deep Tissue, des bienfaits et contreindications. Présentation des règles d'hygiène et de sécurité.
- Enseignement du massage par démonstration par le formateur puis mise en pratique par les stagiaires, supervisée par le formateur. Travail par séquences. Des révisions sont prévues chaque jour.

**Modalités d'évaluation :** le dernier jour Deep Tissue I, le stagiaire donne une séance de massage Deep Tissue I sur un des participants, évaluée par le formateur selon des critères indiqués en début de formation. S'il obtient la moyenne, il a accès au Deep Tissue II. La même évaluation est menée en fin de Deep Tissue II, si le stagiaire a la moyenne, il obtient le certificat de massage deep tissue.

## Public et pré-requis

Professionnels du bien-être, de pratiques de santé alternative (naturopathes, sophrologues, psychologues, coach sportifs...), de l'esthétique, personnes en reconversion.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
6 jours / 42h	9.10.11 et 23.24.25 nov 2020	Paris (dispo à Lyon, Marseille et Nantes)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
960 €HT	960 €TTC	Nous contacter

Organisme	Contact	Mél	Tél
Azenday	Emy	<a href="mailto:offre@formation-massage.com">offre@formation-massage.com</a>	01 46 36 11 11







## Intitulé de la formation

Relaxation Jacobson et Gestion du Stress • Novembre 2020

## Descriptif

### Relaxation Jacobson et gestion du Stress *(Ingénierie Spécifique et propriété de l'IFMBE84)*

Inscrite au registre des relaxations psychomotrices, la relaxation Jacobson est un outil incontournable de la gestion et de la prévention du stress. A partir de la compréhension des mécanismes physiologiques du Stress, vous plongerez dans l'acquisition de la relaxation Jacobson, du Travail du Souffle. Vous apprendrez à repérer les différents effets et symptômes du Stress, leurs impacts respectifs sur la santé physique, cognitive et psycho-affective. Enfin, vous proposerez en milieu de travail collectivement ou individuellement des séances de Relaxation Jacobson.

**Objectifs pédagogiques :** à l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

Acquérir les outils de base de relaxation : travail du souffle

- Acquérir et appliquer les protocoles de la Relaxation Jacobson
- Construire et adapter les séances de relaxation Jacobson selon les publics (individuelles ou collectives)
- Histoire de la Relaxation Jacobson, objectifs et précaution, indication, contre-indication
- Mettre en œuvre une démarche éducative d'accompagnement
- Identifier et Connaître la physiologie du stress, les symptômes du stress
- Identifier et Connaître les facteurs, symptômes du Burn-out ou du SEP
- Connaître et appliquer les leviers et recommandations de prévention du stress quotidien et professionnel.

**Evaluation :** évaluation située de Vial et Evaluation de Kirkpartick - Concevoir 2 séances de RJ et les expliciter.

## Public et pré-requis

Praticien Massage Bien-être ou Praticien Massage Assis  
Professionnel des secteurs sanitaire et médico-social : IDE, Psychomotricien, Ostéopathe, Ergothérapeute, MK, Educateur, Psychologue, Professeur de sport

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
5 jours/ 40h	16 au 20 novembre 2020	Carpentras Mormoiron Vaucluse

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
680,00 €HT	680,00€TTC	Chèques - Règlement en échancier possible sur justificatif

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFMBE84	Audrey Gobin	<a href="mailto:ifmbe84@gmail.com">ifmbe84@gmail.com</a> <a href="http://www.ifmbe84.com">www.ifmbe84.com</a>	06 66 10 38 63







## Intitulé de la formation

Massage au quartz rose et huile essentielle de rose • Novembre 2020

## Descriptif

Ce massage allie les bienfaits de la lithothérapie avec le quartz rose et de l'aromathérapie avec l'huile essentielle de rose. Le quartz rose et la rose sont des symboles de la féminité et de l'amour. Leurs vertus communes apportent un état de paix intérieur et de lâcher prise. Il associe des manœuvres manuelles et des effleurages avec le quartz rose sur l'ensemble du corps et du visage.

L'objectif de la formation est de savoir maîtriser et appliquer le protocole de massage bien être et appliquer ces connaissances à la pratique professionnelle

### Programme

- Les indications et contre-indications
- Apprentissage des manœuvres et de l'utilisation des pierres
- Apprentissage des propriétés du quartz rose et de l'huile essentielle de rose
- Installation au poste de travail et déroulement d'une séance

### Organisation pédagogique

Groupe de 2 à 8 personnes maximum -  
Lieu de formation : Gréoux-les-bains

### Modalités d'évaluation

Mise en situation pratique

### Intervenants

Esthéticienne DE & Praticienne en MBE

## Public et pré-requis

Professionnels et praticiens en massages de bien être

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
2 jours / 14 heures	19 et 20 novembre 2020	Formation conseil Thalatherme Gréoux les bains

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
490 €HT	Non assujetti à TVA	Suivant convention avec les organismes de financement ou règlement individuel acompte + échancier Possibilité de financement dans le cadre du CPF



Organisme	Contact	Mél	Tél
Formation conseil Thalatherme	Christelle Durand	infos@formation-thalatherm.com	04 92 77 66 36



Ce module de formation peut venir en complément d'une formation sur le massage aux cristaux.

#### **Effets attendus**

- Harmonise le corps et de l'esprit
- Renforce la confiance en soi
- Renforce l'amour et le pardon en travaillant l'énergie du règlement
- Apaise et répare les blessures affectives
- Favorise la détente et le lâcher prise

## Intitulé de la formation

Deep tissue spécial sportif • Décembre 2020

## Descriptif

Cette technique de massage lente et profonde des tissus (muscles et fascias) permet de libérer les tensions musculaires. Peut s'utiliser seul pour une séance spécifique ou en complément d'un autre massage pour insister sur une zone.

### Les objectifs de la formation

- Savoir réaliser la technique du « Massage Deep Tissue ».
- Appliquer ces connaissances à la pratique professionnelle et pouvoir la réaliser en fonction de chaque client.

### Programme

- Anatomie adaptée et anatomie palpatoire
- Les techniques et manœuvres
  - Effleurages profonds avec les mains, l'avant-bras, pressions phalanges
  - Pressions avec la pulpe des doigts, le coude, pincements et étirements
  - Pétrissages, lissages, foulages profonds avec les pouces
  - Apprentissage du protocole

### Organisation pédagogique

Groupe de 2 à 8 personnes maximum  
Lieu de formation : Gréoux-les-bains

### Modalités d'évaluation

Mise en situation

### Intervenants

Esthéticienne DE & Praticienne en MBE

## Public et pré-requis

Professionnels des massages bien être

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
4 jours / 28 heures	Du 1 <sup>er</sup> au 4 décembre 2020	Formation conseil Thalatherm Gréoux les bains

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
540 €HT	Non assujetti à TVA	Suivant convention avec les organismes de financement ou règlement individuel acompte + échancier Possibilité de financement dans le cadre du CPF



Organisme	Contact	Mél	Tél
Formation conseil Thalatherm	Christelle Durand	infos@formation-thalatherm.com	04 92 77 66 36



## La pratique

- Ce massage est susceptible d'être inconfortable, les manœuvres si elles sont profondes, ne sont jamais violentes. Le rythme est lent, toujours à l'écoute pour ne pas heurter le corps, la profondeur s'atteint avec progressivité, jamais en force.
- L'écoute et l'observation sont importantes, avant la séance, une prise d'informations auprès de la personne sera nécessaire pour choisir et adapter les manœuvres les plus appropriées à ses besoins et prendre connaissance d'éventuelles contre-indications
- Des connaissances en anatomie sont indispensables pour une meilleure compréhension de la pratique, mais la palpation et le ressenti restent essentiels pour écouter le corps et l'aider à se détendre
- Prendre les bonnes postures qui permettent d'être efficace tout en conservant son énergie

## Techniques et manœuvres utilisées

- Effleurages profonds avec les mains, l'avant-bras, pressions phalanges
- Pressions avec la pulpe des doigts, le coude
- Pincements et étirements
- Pétrissages, lissages
- Foulages profonds avec les pouces

**Une séance de massage Deep tissue dure généralement 1h et se pratique avec une huile sur table ou au sol.**

## Effets du massage Deep tissue

- Tonifie et relâche les muscles
- Améliore la circulation sanguine et lymphatique
- Meilleure oxygénation des tissus
- Participe à l'élimination des toxines
- Libère les adhérences entre les différents tissus
- Augmente la vitalité des organes profonds
- Améliore la transmission de l'influx nerveux.
- Libère le flux énergétique.
- Décongestionne les tissus
- Augmente l'amplitude de mouvement

Cette technique de massage a pour objectif de favoriser la détente et le bien-être, sa pratique est non thérapeutique.

## Intitulé de la formation

Massages aux bols chantants • Décembre 2020

## Descriptif

Massage associant des techniques manuelles et une approche sonore grâce aux bols chantants. Le son et la vibration des bols se propagent à l'ensemble du corps permettant une harmonisation énergétique globale. Ce soin permet une détente profonde aussi bien physique que mentale, ainsi qu'un voyage sensoriel grâce aux chants des bols

***L'objectif de la formation est de savoir maîtriser et appliquer le protocole de massage bien être et appliquer ces connaissances à la pratique professionnelle.***

### Programme

- Les bienfaits et contre-indications
- Apprentissage des manœuvres face ventrale et dorsale
- Utilisation des bols : présentation et description, phase sonore
- Pratique des faces complètes
- Installation au poste de travail et déroulement d'une séance

### Organisation pédagogique

Groupe de 2 à 4 personnes maximum  
Utilisation de 7 bols chantants pour le protocole

### Modalités d'évaluation

Mise en situation pratique

### Intervenants

Esthéticienne DE & Praticienne en MBE

## Public et pré-requis

Professionnels des massages bien être

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
2 jours / 14 heures	Du 19/11/2020 au 20/11/2020	Formation conseil Thalatherm Gréoux les bains

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
535 €HT	Non assujetti à TVA	Suivant convention avec les organismes de financement ou règlement individuel acompte + échancier Possibilité de financement dans le cadre du CPF



Organisme	Contact	Mél	Tél
Formation conseil Thalatherm	Christelle Durand	infos@formation-thalatherm.com	04 92 77 66 36

TLSPV



### Effets attendus

- Détente, relaxation du corps et de l'esprit
- Harmonisation et équilibrage énergétique global grâce aux bols chantants
- Apaise les tensions et le stress

## Intitulé de la formation

Massage Deep Tissue · Déc. 2020, fév. nov. 2021, fév. 2022

## Descriptif

### Contenus

Cette formation contient l'apprentissage des techniques et postures de massage des tissus profonds (fascias).

### Objectif

- Acquérir les techniques du massage Deep Tissue (manœuvres, postures...)
- Être capable de repérer les limitations corporelles et y remédier.
- Être capable de réaliser un massage Deep Tissue de 60 ou 90min.

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Support papier au format d'un livret relié avec photos.
- Vidéo projecteur
- Tables de massage sur place.
- Démonstrations
- Echange de massage entre stagiaires pour la pratique.

Validation des acquis par une évaluation pratique et théorique en fin de stage.

Pour plus d'information : <https://www.lapasserelle-massage.fr>

## Public et pré-requis

Formation continue ouverte à tous les publics sans pré-requis. Bases solides en anatomie souhaitée (cf. formation en anatomie palpatoire)

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
4 jours / 28 h	8 au 11 déc. 2020 - 9 au 12 fév. 2021 - 10 au 12 nov. 2021 - 9 au 11 fév. 2022	26 avenue Jean Moulin 13100 Aix-en-Provence

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
600 €HT	600€ TTC	Par chèque, virement ou PayPal

Organisme	Contact	Mél	Tél
La Passerelle	Julia Lazzerini	contact@lapasserelle-massage.fr	06 62 37 57 02



La Passerelle Massage à Aix en Provence, vous propose une formation **de massage deep tissue**.

Apprenez les postures et techniques du deep tissue pour une pratique plus thérapeutique.

Une technique en profondeur pour détendre les muscles et leurs enveloppes, connectez les tissus profonds et leurs résistances, dénouer les tensions et retrouver un corps en pleine possession de son potentiel.

Une bonne connaissance en anatomie est indispensable.

Nos formations alternent théorie, pratique et mise en situation professionnelle.

A la passerelle, vous serez formés et accompagnés tout au long de votre formation.

Un livret pédagogique et une attestation de formation vous seront remis.

Julia Lazzarini, ancienne coach sportive ayant évolué dans le haut niveau est spécialisée dans les massages profonds : sportif et deep tissue. Elle vous propose un stage complet pour des masseurs aguerris. Une base en anatomie est fortement conseillée pour ce stage, si ce n'est pas votre cas, nous vous conseillons notre module d'anatomie palpatoire.



## Intitulé de la formation

Réflexologie énergétique • Janvier à mai 2021

## Descriptif

### Contenus

La formation en Réflexologie Énergétique permet d'approfondir le travail en réflexologie plantaire. Elle propose des techniques supplémentaires et complémentaires au travail des zones réflexes des pieds. Ainsi, elle assure une synergie d'action qui augmente les bienfaits de la réflexologie plantaire.

Etude des différents tissus plantaires comment les reconnaître et les travailler. Travaille sur les différents rythmes et profondeurs des zones réflexes. Redonnez une créativité dans votre pratique réflexologie en mettant l'accent sur l'écoute sensible du pieds.

Etude des « Points Spéciaux » par Cartographies acupressive chinoises des pieds, travail au bâton, travail manuel.

Etude des « Points Cheville » : localisation et travail énergétique.

Etude des points des méridiens des jambes : trajets des méridiens et localisation des points, travail énergétique sur les points des méridiens, Technique du guasha sur les pieds et les méridiens. Technique du toucher réflexe selon le concept du Yin et du Yang et des 5 éléments.

### Objectif

- Se perfectionner dans sa pratique en réflexologie plantaire.
- Avoir à sa disposition des outils complémentaires pour développer ses modes d'action en réflexologie plantaire.
- Diversifier sa pratique en réflexologie plantaire.

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Support des cours et des protocoles papiers A4
- Repérage des zones réflexes en auto-massage et ensuite en binôme
- Démonstration des protocoles
- Mise à disposition de table de massage, de chaise et d'huile, de bâton et guasha.
- Coloriages sélectifs des cathographies chinoise, des méridiens.

Validation des acquis par une évaluation pratique et théorique après la formation.

Pour plus d'information : <https://www.institut-terres-des-phenix.fr>

## Public et pré-requis

Praticien en réflexologie plantaire, réflexologue

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
15 jours / 105 heures	11.12.13 janvier ; 8.9.10 février ; 8.9.10 mars ; 5.6.7 mai 2021	138 rue du stade 83140 Six fours

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
€HT	1800€ TTC	Par chèque ou virement

Organisme	Contact	Mél	Tél
Institut Terres des phénix	Éloïse Mercier	eloise@institut-terres-des-phenix.fr	06 66 26 48 84



## Intitulé de la formation

Réflexologie abdominale • Janvier et juillet 2021

## Descriptif

### Objectifs

Comprendre les relations entre le ventre, les émotions et les organes. Maîtriser les techniques de la réflexologie abdominale. Savoir désintoxiquer et fortifier le corps. Savoir digérer les charges émotionnelles.

### Programme

Jour 1

- Anatomie et physiologie du ventre et de son environnement • Relations entre le corps et la psyché • Repérage des zones réflexes abdominales (1) • Techniques de base : pressions, glissés, pompages, étirements, modelages, vibrations, frictions, palper rouler

Jour 2

- Repérage des zones réflexes abdominales (2) • Techniques spécifiques : stimulation, élimination, relâchement

Jour 3

- Protocole complet de réflexologie abdominale • Evaluation de fin de formation

## Public et pré-requis

Validation préalable d'une action de formation professionnelle en Energétique ou en Techniques corporelles de bien-être.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours / 20 heures	11.12.13 janvier 2021 ; 8.9.10 juillet 2021	Chatou (78)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
570,00€HT	570,00€TTC	4 fois sans frais par prélèvement automatique

Organisme	Contact	Mél	Tél
Institut Cassiopée formation	Alice Andry	<a href="mailto:alice.andry@cassiopee-formation.com">alice.andry@cassiopee-formation.com</a>	01 74 08 65 94

TLSVP



Période de mise en application pratique : Livre d'or

Pendant une période de mise en application pratique, le stagiaire doit s'entraîner sur des personnes volontaires. Ces entraînements ont pour objet de permettre au stagiaire de s'approprier le savoir-faire et le savoir-être dont il a besoin pour maîtriser certaines matières et pouvoir ainsi en faire un usage professionnel de qualité.

Ceux-ci sont consignés et commentés dans un livre d'or. Une feuille de suivi permet de comptabiliser les différentes pratiques effectuées. Ces éléments font partie intégrante des évaluations auxquelles est soumis le stagiaire.

Le nombre de pratiques à effectuer est de 14, ce qui représente environ 14 heures d'entraînement exécutées à titre non onéreux.

## Intitulé de la formation

Massages détoxinant-relaxant • Janvier à avril 2021

## Descriptif

**Objectif de la formation :** acquérir les connaissances et pratiques fondamentales sur le fonctionnement du système de détoxination émonctoriel et superficiel en mode manuel.

Atteindre une efficacité pour obtenir des résultats concrets sur la rétention hydrique, les oedèmes, la circulation veineuse déficiente, la cellulite locale et générale.

Optimisation des résultats avec des techniques complémentaires (acupressure chinoise, réflexologie plantaire, palmaire crânienne, Chi-Nei-Tsang, etc.)

**Contenu de la formation :** le Massage Drainant-Relaxant (MDR) est inspiré du Drainage Lymphatique Manuel, allège et affine le corps en l'aidant à éliminer ses toxines tout en lui apportant une relaxation profonde. Chaque approche de méthodes corporelles nécessite auparavant d'acquérir des techniques d'ancrage et de protection énergétique (contenu détaillé au verso).

### Moyens et méthodes pédagogiques :

Voir au verso

Formation donnée par Muriel Bruneval, psychomotricienne (DU). Spécialiste en Drainage Lymphatique Manuel, créatrice du Massage-Détoxinant-Relaxant.

### Évaluation et sanction de la formation :

QCM + évaluation pratique

Attestation de suivie de formation

## Public et pré-requis

### Public visé par la formation

Professionnel du secteur médical ou paramédical

Professionnel du Bien-Être

Salarié ou indépendant du secteur des médecines non-conventionnelles

Personne en reconversion professionnelle

**Prérequis :** avoir 18 ans révolus - Justifier d'un projet professionnel et être en possession du baccalauréat au minimum ou de son équivalent validé ou être issu du secteur médical ou paramédical

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
10 Jours 80 H en présentiel	23/01/2021 au 04/04/2021	Nice

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1 250,00 €HT	1 250,00 €TTC	Financement personnel (Tarif comptant)
1 300,00 €HT	1 300,00 €TTC	Financement personnel (Tarif échelonné)

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFSH	Mme Arnold	n.arnold@ifsh.fr	04 93 07 07 24



## Contenu de la formation

Cours 1 : approche théorique, anatomique, physiologique du système lymphatique et immunitaire, études des circuits et collecteurs principaux, localisations des centres de gestion de toxines, apprentissage de la gestuelle particulière d'appels et de chassés en mode proximal et distal, techniques manuelles sur le cou, le visage, la tête et les bras

Cours 2 : techniques manuelles sur le ventre et les jambes antérieures, approche spécifique du « 2ème cerveau », « cuillères » sur les mésentères, acupressure en Chi-Nei-Tsang, et visualisations énergétiques

Cours 3 : techniques manuelles sur les jambes postérieures et sur le dos, acupressure chinoise, triangle de Scarpa et réflexologie plantaire drainante

Cours 4 : techniques manuelles finales sur le ventre et la tête, tests de pratique et de connaissance sur la formatrice

Cours 5 : révision générale et évaluation des connaissances avec un QCM et de la pratique sous le regard d'une autre formatrice initiée au DMR

## Moyens et méthodes pédagogiques

Salles de séminaires avec chaises écrites

Équipement technique nécessaire à la formation : vidéo projecteur et paper-board

Planches anatomiques sur roll-up

Équipement spécifique : tables de massage et chaises ergonomiques

Supports de cours : *en version numérique uniquement*

Imagerie mentale : exercices de mémorisation et de préparation à la pratique

Exercices pratiques en binômes

Autorisation de filmer les protocoles exécutés par le formateur



## Intitulé de la formation

Lateral / pré-postnatal / bébé • Février 2021

## Descriptif

### Objectifs

Acquérir les techniques spécifiques Latéral / Pré / Post Natal du Gestalt Massage®. Acquérir la précision des gestes. Acquérir les techniques de massage Bébé. Apprendre à détendre et accompagner la future maman pendant la grossesse entre 4 mois et 7 mois. Intégrer le père dans la relation triangulaire père-mère- enfant. Transmission du massage bébé à la future maman et le père. Apprendre et respecter les limites de l'accompagnement Pré/Post Natal.

### Contenu

Enseignement des concepts et techniques spécifiques Latéral / Pré / Post Natal du Gestalt Massage®.

Enseignement des concepts et techniques du massage Bébé.

Révisions des concepts et techniques spécifiques de ce massage axé sur la précision des gestes.

2 modules de 3 jours de 24 heures soit 6 jours = 48 heures

### Pédagogie

Formation en présentiel / Pédagogie interactive / Apports théoriques et support de cours / expérimentation en binôme, feed-back

### Evaluation

Evaluation des acquis / Questionnaire d'évaluation à chaud / Fiche d'évaluation des acquis fin de formation / Fiche suivie pratique (25 accompagnements) Fiche de satisfaction / Examen pratique et écrit

## Public et pré-requis

Praticien en Massages Bien-Etre – CV et lettre de motivation

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
6 jours / 48 heures	5-6-7 février 2021	231, rue Paul Doumer – 78510 Triel sur Seine

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
716,67€HT	860,00€TTC	Chèque ou virement

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFFP	U Bandelow-Becart <a href="http://www.massagesgm.com">www.massagesgm.com</a>	<a href="mailto:sgmiffp@orange.fr">sgmiffp@orange.fr</a>	06 09 01 17 86







## Intitulé de la formation

Massage Lemniscate • Février 2021

## Descriptif

### Contenu

Le massage lemniscate est un massage énergétique basé sur un mouvement spiralé en forme de 8, dans un geste fluide, rythmé, continu... Il assure une relaxation en profondeur tout en stimulant et relançant la vitalité du sujet massé. Ce massage à l'huile pratiqué sur tout le corps permet de réharmoniser l'énergie du sujet massé. Par ses gestes simples mais subtils, entre effleurage et profondeur, rythmés comme des vagues, le praticien impulse au corps une respiration amenant à un lâcher prise et une légèreté qui s'installe durablement. La richesse de ce massage est dans la subtilité et le rythme d'un geste que le praticien affine sans cesse. Ce massage permet notamment d'accompagner des gens très actifs dans une préservation de leur énergie, et leur hygiène de vie quotidienne.

### Objectif

- Acquérir un nouveau protocole de massage dans un contexte d'accompagnement global
- Développer la subtilité de son toucher
- Pratiquer dans un contexte de feed-back permanent
- Découvrir l'intérêt du massage rythmique sur un plan énergétique

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Exercices préalable à la pratique et travail sur la posture
- Démonstration des manoeuvres
- Pratique guidée et corrigée pendant une journée
- Echanges sur les ressentis, la pratique, les difficultés rencontrées

Pour plus d'informations : <https://formationcontinue.cenatho.fr/>

## Public et pré-requis

Naturopathes, sophrologues, thérapeutes, praticiens en massage bien-être...souhaitant acquérir un outil supplémentaire d'accompagnement et développer leurs compétences en massage. La maîtrise du massage californien est essentielle pour profiter pleinement de cette journée.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
1 journée / 8 h	8 février 2021	CENATHO - 221, rue La Fayette - 75010 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
125 €HT	150 € TTC	Paiement sécurisé en ligne par CB ou par chèque sur demande

Organisme	Contact	Mél	Tél
CENATHO	Laurence Albertini	<a href="mailto:laurence.albertini@cenatho.fr">laurence.albertini@cenatho.fr</a>	06 72 64 24 89



L'intervenante pour ce module est **Ines Mouraux**.

Naturopathe et masseuse depuis près de 15 ans, **Inès Mouraux** partage sa pratique entre la consultation en naturopathie et le massage, notamment dans le cadre de l'accompagnement psycho-corporel. Formée aux massages bien-être, californien, suédois, detox, balinais ou encore lemniscate, elle a une expérience du massage en SPA naturo et enseigne les techniques de massage dans plusieurs écoles et en IFSI (institut de formation aux soins infirmiers).

Après plus de 10 ans en tant que spa manager d'un SPA naturel et écologique, elle développe aujourd'hui la pratique du massage et du toucher pour les personnes âgées désorientées et en soins palliatifs.

Ce module peut également être suivi dans le cadre d'un **cursus global en Techniques Manuelles** proposé par le CENATHO, permettant aux Naturopathes certifiés (FENA) de capitaliser sur leurs connaissances et d'acquérir une **double certification** (naturopathie et massage bien-être) dans des conditions optimales d'organisation et de financement.

Toutes les informations sont disponibles sur <https://formationcontinue.cenatho.fr/>

Les **modalités de financement** de l'ensemble des modules proposés par le CENATHO dans le cadre de la formation professionnelle sont accessibles sur :

<https://formationcontinue.cenatho.fr/financement>

## Intitulé de la formation

Vridabhyanga – massage des personnes âgées • Février 2021

## Descriptif

### Objectifs

- aborder les éléments théoriques et philosophiques de l'Ayurvédâ en relation avec le soin et les personnes âgées
- pratiquer un protocole complet de vridabhyanga (apprendre, comprendre et savoir appliquer le protocole et l'adapter à la personne)
- avoir une connaissance de l'utilisation des produits ayurvédiques pour la pratique

### Contenu théorique et pratique

- les modifications corporelles et mentales avec l'âge
- l'adaptation de l'alimentation
- l'adaptation du soin à l'état (physique ou émotionnel) de la personne
- les indications et contre-indications
- apprentissage progressif en binôme du protocole du Shiro Abhyanga

**Pédagogie** : support pédagogique théorique transmis par mail le premier jour de formation. Prise de notes personnelles pendant le stage pour le protocole de massage (permet une meilleure intégration et appropriation du protocole)

**Validation** : questionnaire de fin de formation + attestation de présence

## Public et pré-requis

Praticiens en massage bien-être souhaitant approfondir ou élargir leurs compétences avec un massage ayurvédique traditionnel

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
2 jours – 14 heures	11 et 12 février 2021	Centre Yogsansara – 36 boulevard de Picpus, 75012 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
233,33 €HT	280 €TTC	Acompte de 100€ à la réservation, solde le 1 <sup>er</sup> jour de la formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
Centre Yogsansara	Marine Chillaud Simona Gentile	<a href="mailto:secretariat.yogsansara@gmail.com">secretariat.yogsansara@gmail.com</a>	01 43 41 99 64

TLSVP



Ce protocole de massage va essentiellement porter sur le travail d'hydratation de la peau mure des personnes âgées, sur le réchauffement et la mobilité des articulations. Le protocole pourra être adapté selon l'état physique et émotionnel de la personne (sur table, sur chaise, respect de la pudeur, quelles parties à masser et comment si la personne ne veut pas se déshabiller).

Les apports théoriques seront surtout accentués sur les problématiques VATA (troubles digestifs, troubles de la mémoire, douleurs articulaires, ...), sur la psychomotricité et sur les effets de la solitude sur les personnes âgées (dépression, manque d'amour de soi, ...).



## Intitulé de la formation

Réflexologie palmaire • Février, mars 2021

## Descriptif

### Contenus

Cette formation est complémentaire à la formation réflexologie plantaire. Elle diversifie les approches de travail du réflexologue, aborde une méthode simple et efficace à pratiquer autant assis, que debout ou allongé.

Elle sera essentiellement abordée dans la technique du toucher réflexe, le repérage des différentes cartographies réflexes, le coloriage des zones réflexes sur planches anatomiques, la réalisation de protocole et l'écoute subtile du toucher réflexe. Il y a une alternance de la théorie et la pratique en constante interaction.

### Objectif

- Acquérir les bases théoriques et pratiques de la réflexologie palmaire
- Connaître l'anatomie de la main et du bras
- Reconnaître et appliqué la technique réflexe des tissus palmaires et des zones réflexes
- Apporter rapidement bien-être et relaxation
- Disposer d'un outil complémentaire en méthodes réflexologiques

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Support des cours et des protocoles papiers A4
- Repérage des zones réflexes en auto-massage et ensuite en binôme
- Démonstration des protocoles
- Mise à disposition de moulages anatomiques de la main
- Mise à disposition de table de massage, de chaise et d'huile.
- Coloriages sélectifs des zones réflexes de la main

Validation des acquis par une évaluation pratiques et théorique en fin de stage.

Pour plus d'information : <https://www.institut-terres-des-phenix.fr>

## Public et pré-requis

Formation continue pour les réflexologues et les naturopathes (qui ont étudié la réflexologie plantaire)

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
6 jours / 42 h	Les 5.6.7 février et 5.6.7 mars 2021	138 rue du stade 83140 Six fours

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
€HT	720€ TTC	Par chèque ou virement

Organisme	Contact	Mél	Tél
Institut Terres des phénix	Éloïse Mercier	eloise@institut-terres-des-phenix.fr	06 66 26 48 84



## Intitulé de la formation

Massage Sportif • Février, mai 2021, février 2022

## Descriptif

### Contenus

Cette formation contient l'apprentissage de techniques deep tissue spécifiques aux sportifs ayant pour but de faciliter la récupération, redonner de la souplesse et dénouer les tensions.

Cette formation propose les 2 grands axes du massage des sportifs : le massage de préparation à l'effort et le massage de récupération ciblé pour détendre le corps. L'objectif visé est l'amélioration des performances. Une initiation à l'utilisation des huiles essentielles dans les huiles de massage en fonction des besoins est incluse.

### Objectif

- Acquérir les différentes techniques spécifiques au massage sportif
- Être capable de localiser les tensions et de réaliser un massage sportif de 60 ou 90min.

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Support papier au format d'un livret
- Vidéo projecteur
- Tables de massage sur place
- Démonstration
- Pratique en binôme entre stagiaires pour la pratique.

Validation des acquis par une évaluation pratique et théorique en fin de stage.

Pour plus d'information : <https://www.lapasserelle-massage.fr>

## Public et pré-requis

Formation continue ouverte à tous les publics sans pré-requis. Solides bases en anatomie conseillées.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours / 21 h	16 au 18 février 2021 - 19 au 21 mai 2021 18 au 20 février 2022	26 avenue Jean Moulin 13100 Aix-en-Provence

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
450 €HT	450€ TTC	Par chèque, virement ou PayPal

Organisme	Contact	Mél	Tél
La Passerelle	Julia Lazzerini	contact@lapasserelle-massage.fr	06 62 37 57 02



La Passerelle Massage à Aix en Provence, vous propose une formation au **massage pour les sportifs**.

Professionnels de l'accompagnement sportif, sportifs, parents de sportifs ou praticiens en massage-bien-être, vous apprendrez comment faciliter la récupération, redonner de la souplesse dénouer les tensions et préparer à l'effort.

Cette formation vous propose les 2 grands axes du massage des sportifs :

- le massage de préparation à l'effort
- le massage de récupération ciblé pour détendre le corps, dénouer les tensions et travailler chaque groupe musculaire en profondeur, localisation et dissolution des "trigger points"

Vous verrez également comment améliorer les effets de votre massage grâce aux huiles essentielles ainsi que les principales blessures des sportifs pour savoir comment vous pouvez intervenir ou non selon les cas.

Julia Lazzerini, ancienne coach sportive ayant évolué dans le haut niveau est spécialisée dans les massages profonds : sportif et deep tissue. Elle vous propose un stage complet pour des masseurs aguerris. Une base en anatomie est fortement conseillée pour ce stage, si ce n'est pas votre cas, nous vous conseillons notre module d'anatomie palpatoire.

Nos formations alternent théorie, pratique et mise en situation professionnelle.

A la passerelle, vous serez formés, accompagnés tout au long de votre formation.

Un livret et une attestation de formation vous seront remis lors de votre formation.





## Intitulé de la formation

Massage hawaïen Lomi Lomi • Mars 2021

## Descriptif

**Présentation du massage :** la fondatrice d'Azenday est certifiée à Hawaii même. Le massage Lomi Lomi est le massage traditionnel des îles d'Hawaii. Très original, il se pratique avec la partie moelleuse des avant-bras et est donc très enveloppant, très cocooning. Il amène à une relaxation très profonde.

**Contenu de la formation :** vous apprendrez non seulement les gestes du massage Lomi Lomi mais aussi un enchaînement pour donner une séance harmonieuse, la façon d'amener une pression idéale et bien sûr les postures et déplacements particuliers à ce massage dont les hawaïens disent qu'il est dansant comme les vagues de l'océan. Plus d'infos sur [www.formation-massage.com](http://www.formation-massage.com)

**Prérequis :** avoir validé une formation en massage à l'huile sur table. Ne pas avoir de problème de coordination.

**Objectifs de la formation :** pratiquer une séance de Lomi Lomi en véritable professionnel, accueillir le client, lui présenter le massage Lomi Lomi, analyser ses attentes, préparer son matériel, appliquer les règles d'hygiène et de sécurité, l'installer confortablement sur la table de massage, pratiquer les gestes spécifiques du massage Lomi Lomi (travail avec les avant-bras, effleurages profonds simples et alternés), réaliser le draping adéquat, adapter son massage aux attentes du client, conclure la séance.

### Pédagogie :

Présentation orale de l'histoire du massage Lomi Lomi, des bienfaits et contreindications. Présentation des règles d'hygiène et de sécurité.

Enseignement du massage par démonstration par le formateur puis mise en pratique par les stagiaires, supervisée par le formateur. Travail par séquences. Des révisions sont prévues chaque matin.

Il est vivement conseillé aux stagiaires de réviser le soir chez soi.

**Modalités d'évaluation :** le dernier jour, le stagiaire donne une séance complète de massage Lomi Lomi sur un des participants. Cette séance est évaluée par le formateur selon des critères qui sont indiqués aux stagiaires en début de formation. S'il obtient la moyenne, Azenday lui remet un certificat.

## Public et pré-requis

Professionnels du bien-être, de pratiques de santé alternatives (naturopathes, sophrologues, psychologues, coach sportifs...), de l'esthétique, personnes en reconversion.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours / 21H	18.19.20 mars 2021	Paris (dispo dans d'autres villes, appelez-nous)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
480 €HT	480 €TTC	Nous contacter

Organisme	Contact	Mél	Tél
Azenday	Emy	<a href="mailto:offre@formation-massage.com">offre@formation-massage.com</a>	01 46 36 11 11







## Intitulé de la formation

Relaxation Jacobson et Gestion du Stress • Mars 2021

## Descriptif

**Relaxation Jacobson et gestion du Stress** (Ingénierie Spécifique et propriété de l' IFMBE84)

Inscrite au registre des relaxations psychomotrices, la relaxation Jacobson est un outil incontournable de la gestion et de la prévention du stress. A partir de la compréhension des mécanismes physiologiques du Stress, vous plongerez dans l'acquisition de la relaxation Jacobson, du Travail du Souffle. Vous apprendrez à repérer les différents effets et symptômes du Stress, leurs impacts respectifs sur la santé physique, cognitive et psycho-affective. Enfin, vous proposerez en milieu travail collectivement ou individuelle des séances de Relaxation Jacobson.

**Objectifs pédagogiques** - A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Acquérir les outils de base de relaxation : travail du souffle
- Acquérir et appliquer les protocoles de la Relaxation Jacobson
- Construire et adapter les séances de relaxation Jacobson selon les publics (individuelles ou collectives)
- Histoire de la Relaxation Jacobson, objectifs et précaution, indication, contre-indication
- Mettre en œuvre une démarche éducative d'accompagnement
- Identifier et Connaître la physiologie du stress, les symptômes du stress
- Identifier et Connaître les facteurs, symptômes du Burn-out ou du SEP
- Connaître et appliquer les leviers et recommandations de prévention du stress quotidien et professionnel.

**Evaluation** : évaluation située de Vial et Evaluation de Kirkpatrick - Concevoir 2 séances de RJ et les expliciter.

## Public et pré-requis

Praticien Massage Bien-être ou Praticien Massage Assis  
 Professionnel des secteurs sanitaire et médico-social : IDE, Psychomotricien, Ostéopathe, Ergothérapeute, MK, Educateur, Psychologue, Professeur de sport

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
5 jours/ 40h	15 au 19 mars 2021	Carpentras Mormoiron Vaucluse

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
680,00 €HT	680,00€TTC	Chèques - Règlement en échancier possible sur justificatif

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFMBE84	Audrey GOBIN	<a href="mailto:ifmbe84@gmail.com">ifmbe84@gmail.com</a> <a href="http://www.ifmbe84.com">www.ifmbe84.com</a>	06 66 10 38 63





## Intitulé de la formation

Ondulations et bercements tissulaires • Mars et mai 2021

## Descriptif

### Contenu

La technique « Ondulations et Bercements tissulaires » est issue de la méthode Trager.

C'est une approche psycho corporelle douce, subtile et puissante à la fois, qui procure aux tissus une détente profonde perceptible par le système nerveux central.

Ce module de 2 jours permet d'acquérir et maîtriser un protocole complet permettant une reconnexion à un état de bien-être originel.

Les journées sont espacées d'environ 8 semaines pour favoriser la pratique et l'entraînement personnel de chaque stagiaire.

À la fin du module, les stagiaires sont en mesure de proposer une séance pertinente et efficace pour permettre un relâchement tant physique que psycho émotionnel.

### Objectif

- Découvrir et acquérir un protocole complet
- Acquérir une fluidité dans les enchaînements et la pratique.
- Développer son écoute et sa présence à l'autre à travers le toucher

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Bases théoriques
- Démonstration des manœuvres
- Pratique guidée supervisée: correction individuelle régulière des gestes des stagiaires
- Echanges sur les ressentis, les difficultés et la progression dans la pratique
- Entraînement personnel attendu : fiches de suivi de séances fournies, expliquées et débriefées

Pour plus d'informations : <https://formationcontinue.cenatho.fr/>

## Public et pré-requis

Naturopathes, sophrologues, praticiens en Massage Bien Etre... installés ou stagiaires en formation

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
2 jours / 16 h	24 mars et 26 mai 2021	CENATHO : 221, rue La Fayette - 75010 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
241,67 €HT	290€ TTC	Paiement sécurisé en ligne par CB ou par chèque sur demande

Organisme	Contact	Mél	Tél
CENATHO	Laurence Albertini	laurence.albertini@cenatho.fr	06 72 64 24 89



**La formatrice pour ce module est Catherine Jamet.**

**Catherine Jamet** est naturopathe, sophrologue et psycho praticienne. Elle est également praticienne en EMDR et sexothérapeute. Elle pratique et enseigne la méthode « Ondulations et Bercelements Tissulaires » depuis 20 ans.

Ce module peut également être suivi dans le cadre d'un **cursus global en Techniques Manuelles** proposé par le CENATHO, permettant aux Naturopathes certifiés (FENA) de capitaliser sur leurs connaissances et d'acquérir une **double certification** (naturopathie et massage bien-être) dans des conditions optimales d'organisation et de financement.

Toutes les informations sont disponibles sur <https://formationcontinue.cenatho.fr/>

Les **modalités de financement** de l'ensemble des modules proposés par le CENATHO dans le cadre de la formation professionnelle sont accessibles sur :

<https://formationcontinue.cenatho.fr/financement>

## Intitulé de la formation

Massage Naturo Detox • Avril 2021

## Descriptif

### Contenu

Cette journée permet d'acquérir et maîtriser toutes les manœuvres en Massage Naturo version « Detox » mais également d'interroger sa pratique, d'affiner son toucher, sa connaissance corporelle et ses ressentis.

Le massage « Detox » est pratiqué avec une visée santé. C'est un outil hors pair pour rééquilibrer le physique et le mental, prendre un temps pour soi et retrouver de la vitalité.

Massage puissant et en profondeur des muscles et du tissu conjonctif, il permet de mettre les toxines en circulation, puis de les éliminer selon différentes méthodes (sauna, enveloppement chaud aux HE...)

### Objectif

- maîtriser les manœuvres essentielles du massage Naturo Detox
- enrichir sa connaissance d'un outil de massage complémentaire dans une approche holistique
- confronter, corriger, améliorer sa pratique
- pratiquer dans un contexte de feed-back permanent

### Moyens pédagogiques et d'organisation

- Théorie (1 heure en début de session)
- Exercices préalables au massage : centrage, respiration, positionnement, conscience ....
- Démonstration des manœuvres
- Pratique guidée : les gestes des stagiaires sont corrigés individuellement à chaque pratique, par un accompagnement de leur manœuvre pour arriver à plus de justesse.
- Echanges sur les ressentis, les difficultés et la progression dans la pratique

Pour plus d'informations : <https://formationcontinue.cenatho.fr/>

## Public et pré-requis

Naturopathes, sophrologues, thérapeutes... souhaitant acquérir un outil supplémentaire de soin et développer leurs compétences en massage. La maîtrise du massage Californien est essentielle pour l'acquisition efficace des manœuvres de base.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
1 journée/ 8 heures	12 avril 2021	CENATHO : 221, rue La Fayette - 75010 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
125 €HT	150€ TTC	Paiement sécurisé en ligne par CB ou par chèque sur demande

Organisme	Contact	Mél	Tél
CENATHO	Laurence Albertini	laurence.albertini@cenatho.fr	06 72 64 24 89



La formatrice pour ce module est **Ines Mouraux**.

Naturopathe et masseuse depuis près de 15 ans, **Inès Mouraux** partage sa pratique entre la consultation en naturopathie et le massage, notamment dans le cadre de l'accompagnement psycho-corporel. Formée aux massages bien-être, californien, suédois, detox, balinais ou encore lemniscate, elle a une expérience du massage en SPA naturo et enseigne les techniques de massage dans plusieurs écoles et en IFSI (institut de formation aux soins infirmiers). Après plus de 10 ans en tant que spa manager d'un SPA naturel et écologique, elle développe aujourd'hui la pratique du massage et du toucher pour les personnes âgées désorientées et en soins palliatifs.

Ce module peut également être suivi dans le cadre d'un **cursus global en Techniques Manuelles** proposé par le CENATHO, permettant aux Naturopathes certifiés (FENA) de capitaliser sur leurs connaissances et d'acquérir une **double certification** (naturopathie et massage bien-être) dans des conditions optimales d'organisation et de financement.

Toutes les informations sont disponibles sur <https://formationcontinue.cenatho.fr/>

Les **modalités de financement** de l'ensemble des modules proposés par le CENATHO dans le cadre de la formation professionnelle sont accessibles sur : <https://formationcontinue.cenatho.fr/financement>





### Intitulé de la formation

Techniques de relaxation complémentaires • Mai 2021 – avril 2022

### Descriptif résumé (Contenus / objectifs / pédagogie / validation)

Il s'agira de connaître, pratiquer et savoir faire pratiquer des techniques de relaxation complémentaires au massage, afin de permettre aux praticien(ne)s de varier leurs séances par une approche en relaxologie, et d'accéder à des publics nouveaux.

Principes enseignés : méthode Jacobson, Schultz body scan, yoga nidra, Vittoz, visualisation, pleine conscience, cohérence cardiaque.

#### Objectifs pédagogiques :

- Comprendre des ateliers et des séances individuelles reprenant les éléments appris.

Plus d'infos : <https://formation-massage.empsi.fr/formations/relaxation3/>

### Public et pré-requis

Professionnel(le)s du massage bien-être ou d'autres professions de la détente, de la gestion du stress, du coaching, de la psychothérapie.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
9 journées/66 heures	Mai 2021 ; avril 2022	Bourgogne, Pays de la Loire, Hauts de France

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1122€HT	1122€TTC	Frais d'inscription offerts au adhérent(e)s FFMBE

Organisme	Contact	Mél	Tél
École du Massage Intuitif	Estelle	Contact.empsi@gmail.com	06 47 00 65 50



## Intitulé de la formation

Massage réflexe • Mai 2021

## Descriptif

### Objectif et compétences à atteindre

- Se perfectionner en massage grâce à un protocole complet de réflexologie intégrative : corps, membres, tête, visage, pieds et mains
- Acquérir les notions théoriques notamment anatomiques et neurologiques nécessaires à la compréhension du massage REFLEXE

### Objectifs pédagogiques et contenus de formation

- 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
- Développer l'art du contact et la présence à l'autre
- Apprendre à masser sans fatigue : en respectant des règles posturologiques de confort
- Développer les compétences sensibles favorisant la détente physique, mentale et émotionnelle du massé
- Acquérir une compréhension du corps vivant

**Moyens pédagogiques** : document pédagogique remis à l'apprenant·e sous forme de livret

**Moyen d'encadrement** : François LOUTREL, masseur kinésithérapeute, acupuncteur, ostéopathe, formateur d'enseignant de Tai Chi Chuan et psycho-énergétique chinoise, formateur en massage depuis 1986.

## Public et pré-requis

Professionnels certifiés du massage et du bien-être.

Public à la recherche d'outils complémentaires aux métiers à caractère paramédical, esthétique, social (handicap), sportif.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours – 21 h	7.8.9 mai 2020	Nîmes (30320 Marguerittes)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
525 € HT	525 € TTC -25% si financement perso	30% d'acompte à la réservation et le solde avant le début de la formation - Par chèque ou virement

Organisme	Contact	Mail	Tél
Lemniscate processus lemniscate-processus.com/	Catherine Mauguin	cathy@le-jardin-interieur.com	06 67 57 98 58



Notre École est un organisme de formation détaché, vous pouvez demander un financement auprès de votre OPCO. Devis et étude de vos besoins en formation sur demande.

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.**

<https://www.lemniscate-processus.com/>

#### **Suivi de l'exécution :**

Feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journée,

Attestation de fin de formation

#### **Appréciation des résultats :**

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 : une après-midi est consacrée à une évaluation thématique selon l'objectif du module

Évaluation de fin de formation sous forme de QCM

Massage supervisé par le formateur

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 :** 3 jours – 21 h de 9h30/12h30 – 14h30/18h30

**Rythme :** 3 jours en module

**Mode d'organisation pédagogique :** présentiel

**Lieux de formation :** à Marguerittes (Nîmes-ouest) et Montpellier

Adresse postale : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes  
Tél : 04 66 26 16 83



## Intitulé de la formation

Toucher relationnel de la personne âgée • Juin 2021

## Descriptif

Valoriser la communication tactile et les techniques de bien-être dans l'accompagnement des personnes fragilisées par les divers troubles liés au vieillissement ou à la fin de vie.

### Programme de la formation / apports théoriques et pratiques

- Cadre légal et réglementaire, champs d'applications et limites d'intervention du toucher relationnel.
- Le vieillissement : conséquences dans la relation au corps et au toucher.
- Toucher sensible et prévention de la douleur induite par les soins quotidiens.
- Bientraitance et réflexion éthique autour du prendre soin en fin de vie.
- Protocole global de massage bien-être adapté à la position d'alitement (décubitus dorsal et latéral).
- Adaptation séquentielle du protocole en position assise (fauteuil, chaise...).
- Acuité sensorielle du professionnel : état de présence, observation, évaluation, approche progressive, régulation du rythme et du niveau de pression, technicité et spontanéité du geste.
- Valorisation des stimuli sensoriels complémentaires.
- Techniques de communication et régulation des interactions verbales et émotionnelles.

### Objectifs

- Identifier les apports et les limites du toucher relationnel et du massage bien-être dans l'accompagnement de la personne âgée.
- Acquérir les techniques de massage bien-être adaptées aux besoins spécifiques des personnes âgées.
- Développer les qualités de présence, d'écoute, d'observation et de sensibilité du professionnel pour améliorer la prise en charge globale du sujet âgé.
- Repérer les différents axes d'élaboration et de développement de ces méthodes en fonction des projets individuels, de service ou d'établissement.

**Méthode pédagogique** : apports théoriques et ateliers pratiques de mise en situation professionnelle et expérimentations / Mises au point journalières pour contrôler le déroulement et l'intégration des méthodes

**Validation** : attestation de formation professionnelle

## Public et pré-requis

Les professionnels amenés à accompagner les personnes âgées ou à faible mobilité dans leur pratique

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
5 jours – 35 heures	7.8.9.10.11 juin 2021	Artec formation – Ivry sur seine

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
690 €HT	€TTC	Arrhes à l'inscription et solde lors de la formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
Artec formation	Laurence Cambillau	contact@artec-formation.fr	01 42 110 222



## **Valoriser la communication tactile et les techniques de bien-être dans l'accompagnement de la personne âgée**

Accompagner la personne âgée en structures d'accueil spécialisées ou à domicile conduit les professionnels concernés à mener une réflexion sur la bientraitance, l'enjeu relationnel des contacts liés aux soins quotidiens et les possibilités de prises en charge non-médicamenteuses répondant aux besoins d'apaisement psychocorporel des personnes fragilisées par les divers troubles liés au vieillissement ou à la fin de vie.

C'est dans cette démarche que le toucher relationnel et les techniques adaptées de massage bien-être pourront être investis comme médiateurs privilégiés facilitant l'entrée en relation et le maintien de la communication avec les personnes en perte d'autonomie.

Les techniques de toucher enseignées reposent sur une grande qualité de présence, des gestes doux, lents, enveloppants et contenant favorisant l'accès à la détente et au soulagement. Dans le but d'optimiser leurs bienfaits, ils seront principalement réalisés à même la peau à l'aide d'un corps gras adapté à l'état cutané de la personne âgée.

Au gré des situations professionnelles rencontrées, certains de ces gestes trouveront leur place dans la spontanéité de la relation et pourront être proposés à la personne vêtue ou recouverte sans annuler pour autant les bénéfices en termes de bien-être, de soutien et de réconfort.

Ils seront modulables et adaptables à la disponibilité de temps du professionnel, au niveau de réceptivité de la personne, à ses besoins singuliers, son installation, les zones du corps accessibles. Ils pourront être utilisés de manière partielle (sur une zone du corps en particulier) ou globale (par l'association cohérente de plusieurs zones corporelles).

Les personnes hospitalisées ou porteuses de handicaps pourront également bénéficier de cette approche de la relation d'aide par le toucher.

### **Programme détaillé**

- Cadre légal et réglementaire, champs d'applications et limites d'intervention du toucher relationnel et du massage bien-être.
- Vieillesse normale et vieillissement pathologique, conséquences dans la relation au corps et au toucher.
- Toucher sensible et prévention de la douleur induite par les soins quotidiens.
- Toucher relationnel et communication émotionnelle.
- Massage bien-être et prise en charge non médicamenteuse de la douleur.
- Bientraitance et réflexion éthique autour du prendre soin en fin de vie.
- Protocole global de massage bien-être adapté à la position d'alitement (décubitus dorsal et latéral).
- Adaptation séquentielle du protocole en position assise (fauteuil, chaise...).
- Acuité sensorielle du professionnel : état de présence, observation, évaluation, approche progressive, régulation du rythme et du niveau de pression, technicité et spontanéité du geste.
- Ergonomie posturale et techniques respiratoires pour réguler tensions corporelles et surcharge émotionnelle.
- Valorisation des stimuli sensoriels complémentaires au massage bien-être (ambiance olfactive, visuelle, auditive, kinesthésique).
- Techniques de communication interpersonnelle, accueil et régulation des interactions verbales et émotionnelles.
- Outils d'élaboration de projets facilitant le développement, le suivi et la pérennisation des pratiques de toucher et de massage bien-être dans le champ professionnel.

Plus d'informations sur [www.artec-formation.fr](http://www.artec-formation.fr)



## Intitulé de la formation

Massage ayurvédique méthode Kaliani • Août 2021

## Descriptif

### Compétences à atteindre :

- Être en capacité de pratiquer un massage complet du corps d'une durée de 1h à 1h30
- Maîtriser les techniques de pétrissage, frictions, de pression et d'accu-pression spécifiques de ce massage
- Comprendre l'importance et maîtriser le rythme de ce massage pour permettre le rééquilibrage du corps et des flux qui y circulent

### Objectifs pédagogiques et contenus de formation :

- Notions théoriques sur les grands principes de l'Ayurveda et la place du massage dans l'Ayurveda
- Exercices préparatoires pour le travail au sol, la respiration, se détendre et se centrer
- Apprentissage de la posture et de la respiration pour un travail au sol et sur table pour permettre un massage énergétique
- Le protocole est montré par petites séquences par les 2 formateurs.
- Chaque matinée commence par un récapitulatif des gestes et postures vus la veille, afin de vous assurer une meilleure compréhension et intégration du massage.
- La dernière journée sera dédiée à une révision générale le matin, et l'après-midi au déroulement complet du protocole avec des sujets venus recevoir un massage ayurvédique.

**Moyens pédagogiques :** document pédagogique remis à l'apprenant règlement sous forme de livret

**Moyen d'encadrement :** 2 formateurs pour vous accompagner Patrick et Cathy, formés en Inde

## Public et pré-requis

Professionnels certifiés du massage, du bien-être. Public à la recherche d'outils complémentaires aux métiers à caractère paramédical, esthétique, social (handicap), sportif, ...

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours – 25 h	27.28.29 août 2021	Nimes (30320 Marguerittes)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
525 € HT	525 € TTC -25% si financement perso	30% d'acompte à la réservation et solde avant le début de la formation – Par chèque ou virement

Organisme	Contact	Mail	Tél
Lemicate processus lemniscate-processus.com/	Catherine Mauguin	cathy@le-jardin-interieur.com	06 67 57 98 58



Notre École est un organisme de formation détaché, vous pouvez demander un financement auprès de votre OPCO. Devis et étude de vos besoins en formation sur demande.

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.**

<https://www.lemniscate-processus.com/>

## MOYENS D'ENCADREMENT ET PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS

**Moyen d'encadrement :** 2 formateurs pour vous accompagner Patrick JOUBERT, formateur en shiatsu et praticien en massage ayurvédique et Cathy MAUGUIN, formatrice et praticienne en massage, formés en Inde par Kaliani à Auroville

**Suivi de l'exécution :**

- Feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journée,
- Attestation de fin de formation

**Appréciation des résultats :**

- Le travail en binôme
- Travaux pratiques et mise en situation par un travail en binôme et une après-midi est consacrée à une évaluation thématique selon l'objectif du module
- Évaluation de fin de formation sous forme de QCM
- Massage supervisé par le formateur
- Questionnaire de satisfaction des stagiaires

## ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT DE LA FORMATION

- Autre session : 3-4-5 avril 2020
- Type de formation : Inter-entreprises, intra
- Nombre maximum de stagiaires : 14
- Durée totale de la formation : 3 jours – 25 h de 9h/12h30 – 14h30/18h30 + soirée du samedi
- Rythme : 3 jours en module
- Mode d'organisation pédagogique : présentiel
- Lieux de formation : à Marguerittes (Nîmes-ouest) et Montpellier

Adresse postale : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes  
Tel : 04-66-26-16-83





## Intitulé de la formation

Shiro Abhyanga – massage assis tête-visage-épaules • Sept 2021

## Descriptif

### Objectifs

- aborder les éléments théoriques et philosophiques de l'Ayurvéda en relation avec le soin
- pratiquer un protocole complet de Shiro Abhyanga (apprendre, comprendre et savoir appliquer le protocole de 30 à 45 minutes du Shiro Abhyanga)
- avoir une connaissance de l'utilisation des produits ayurvédiques pour la pratique

### Contenu théorique et pratique

- approfondissements des 7 chakras, en particulier des 3 derniers (Vishuddha, Ajna, Sahasrara)
- les trois qualités (gunas) selon l'alimentation
- les différents produits ayurvédiques inhérent à cette technique
- la théorie des 5 éléments dans le sens du rééquilibrage
- les indications et contre-indications
- apprentissage progressif en binôme du protocole du Shiro Abhyanga

**Pédagogie** : support pédagogique théorique transmis par mail le premier jour de formation. Prise de notes personnelles pendant le stage pour le protocole de massage (permet une meilleure intégration et appropriation du protocole)

**Validation** : questionnaire de fin de formation + attestation de présence

## Public et pré-requis

Praticiens en massage bien-être souhaitant approfondir ou élargir leurs compétences avec un massage ayurvédique traditionnel

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
2 jours – 14 heures	23 et 24 septembre 2021	Centre Yogsansara – 36 boulevard de Picpus, 75012 Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
233,33 €HT	280 €TTC	Acompte de 100€ à la réservation, solde le 1 <sup>er</sup> jour de la formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
Centre Yogsansara	Marine Chillaud Simona Gentile	<a href="mailto:secretariat.yogsansara@gmail.com">secretariat.yogsansara@gmail.com</a>	01 43 41 99 64

TLSVP



## Descriptif détaillé

Cette technique ancestrale (de la famille du massage abhyanga) fait partie des 18 massages ayurvédiques les plus pratiqués encore aujourd'hui en Inde du Nord. Elle aborde essentiellement le haut du dos, le cou, les épaules, la tête et le visage. Il s'agit d'un massage assis. Dans la représentation énergétique de l'homme selon la tradition indienne, l'homme reçoit la force de vie « le Prana » par le sommet de son crâne, d'où l'importance de cette partie du corps. Dans la culture indienne, les cheveux reflètent l'état énergétique global de la personne et représentent le pont pour comprendre l'individu de l'intérieur. Toutes les femmes indiennes portent les cheveux longs, en signe de bonne santé et consacrent beaucoup de temps à leur entretien.

Le travail effectué sur cette zone (massage de la tête) apporte non seulement la détente mais permet aussi d'améliorer la mémoire active, la capacité perceptive. Le système nerveux est plus équilibré et le stress est maîtrisé. Les pensées s'envolent et l'on entre dans un état de type méditatif.

Au fur et à mesure des séances, Shiro Abhyanga prévient les maux de tête, améliore la qualité du sommeil, nourrit les yeux et améliore la vue, prévient la chute et le blanchiment des cheveux, améliore nettement l'aspect de la peau du visage et ralentit la formation des rides. Grâce à la stimulation des centres énergétiques (les Chakras) du haut du corps, Shiro Abhyanga peut améliorer le sens de la communication et la clarté d'esprit.

Il s'agit d'un massage assis. Durant le massage Shiro Abhyanga, le receveur est assis et habillé. Ce massage est très efficace pour améliorer son quotidien, et résoudre des problématiques de la vie moderne : stress, déséquilibre du sommeil ...

## Intitulé de la formation

Abhyanga – Massage du corps à l'huile chaude • Octobre 2021

## Descriptif

### Objectifs

- aborder les éléments théorique de base et la philosophie de l'ayurvéda en relation avec le soin
- apprendre, comprendre et savoir appliquer un protocole de massage abhyanga de tout le corps en 1h
- connaissance de base des huiles ayurvédiques et leur utilisation dans les massages.

### Contenu théorique et pratique

- histoire de l'ayurvéda
- les 7 centres énergétiques (les chakras)
- les constitutions psycho-morphologiques ayurvédiques (les doshas)
- les huiles ayurvédiques
- bénéfiques et contre-indication du massage
- apprentissage progressif du protocole en binôme

### Pédagogie

support pédagogique théorique transmis par mail le premier jour de formation. Prise de notes personnelles pendant le stage pour le protocole de massage (permet une meilleure intégration et appropriation du protocole)

### Validation

questionnaire de fin de formation + attestation de présence

## Public et pré-requis

Praticiens en massage bien-être souhaitant approfondir ou élargir leurs compétences avec un massage ayurvédique traditionnel

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
3 jours – 21h	11 et 12 octobre 2021	36 boulevard de Picpus – 75012 Paris 137 impasse Joseph – 84700 Sorgues

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
325 €HT	390 €TTC	Acompte de 100€ à la réservation, solde le 1 <sup>er</sup> jour de la formation

Organisme	Contact	Mél	Tél
Yogsansara	Marine Chillaud Simona Gentile	<a href="mailto:secretariat.yogsansara@gmail.com">secretariat.yogsansara@gmail.com</a>	01 43 41 99 64

TLSVP



La pratique du massage ayurvédique Abhyanga (littéralement, massage à l'huile) est partie intégrante de la médecine ayurvédique en Inde. L'ayurveda (science de vie) est considéré en Inde comme une médecine sacrée. Et le massage ayurvédique Abhyanga est également considéré comme une pratique sacrée. Il ne s'agit pas uniquement d'un massage qui tonifie et relaxe le corps mais d'un travail énergétique qui permet au corps et à l'esprit de retrouver son intégrité. En Inde, dans la tradition ayurvédique, le massage a un rôle fondamental pour garder un état de santé en équilibre.

Le massage ayurvédique se base sur la théorie des Doshas : Vata, Pitta, Kapha. Chacun d'entre nous naît avec une constitution qui lui est propre et selon l'Ayurveda le massage doit s'adapter à ces constitutions.

Dans la tradition indienne le massage Abhyanga est un instrument important pour ralentir le vieillissement, nourrir les tissus, enlever la fatigue, renforcer le corps, aider la digestion, le système circulatoire, nerveux ... Le massage ayurvédique Abhyanga permet de rééquilibrer les trois Doshas. Le système immunitaire. Le massage abhyanga est pratiqué régulièrement pour maintenir santé et bien-être au quotidien.

Le massage Abhyanga permet d'éliminer les toxines physiques et mentales et de créer un état émotionnel positif. Il se pratique sur le corps entier avec l'utilisation de différentes huiles à base de plantes et d'épices. Chaque huile a une utilisation particulière selon la constitution de chacun (Vata, Pitta, Kapha).

L'une de ses caractéristiques est le travail précis mené sur les centres énergétiques (les Chakras) tout en comprenant et en tenant compte des constitutions de chacun (Doshas : Vata, Pitta et Kapha).

L'Abhyanga est la voie la plus directe pour harmoniser, revitaliser et mieux diffuser l'énergie dans tout le corps et rééquilibrer les centres énergétiques. Le massage Abhyanga, la plus ancienne technique de massage transmise par les maîtres de l'Ayurveda, a de nombreux bienfaits : le corps est fortifié, la circulation des liquides du corps est améliorée, le mental se calme, le système nerveux se rééquilibre, la fatigue est réduite. Cette technique ancestrale allie les bienfaits des techniques de massage aux propriétés des huiles pour améliorer et fluidifier la circulation et libérer rapidement les tensions nerveuses.

Au fur et à mesure des séances, le massage abhyanga améliore la concentration, favorise la gestion du stress et des émotions et agit sur le système nerveux (le sommeil est de meilleure qualité et plus profond).

## Intitulé de la formation

Animateur d'ateliers massage-enfants • Dates à préciser

## DESCRIPTIF

### Objectifs

Acquérir rapidement nos différentes techniques de massage et relaxation bien-être adaptées aux enfants et les outils nécessaires pour animer des ateliers avec le jeune public, dans différents cadres : école, centre de loisirs, centre social, club ou centre de vacances, activités péri-scolaires, etc.

### Contenu

- Les préalables : jeux et exercices ludiques
- La Relaxinésie®, avec utilisation de tissus, de foulards, pour « jouer » avec l'apesanteur.
- Les massages minute du visage, des mains, des pieds, un régal pour les enfants, l'auto-massage...
- Les différentes applications adaptées aux situations : salle de classe, salle de loisirs, à la maison...
- Comment bâtir une séance, mise en situation pratique d'animation.

### Pédagogie

Les « préalables » : Jeux et exercices de mise en confiance.  
Différentes méthodes facilitant l'apprentissage et développant la créativité.

### Support pédagogique

Le livre « Le massage, un jeu d'enfants » de Joël Savatofski est remis à chaque stagiaire.

### Validation

Certificat de Formation à l'animation d'atelier massage-enfants

Pour en savoir plus : <https://www.ifjs.fr/formation/animenfance/>

## Public et pré-requis

Formation professionnelle ouverte à tous, sur motivation du projet

Nb Jours / d'heures	Dates	Lieu
5 jours	Dates à préciser	Dijon

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
Dispensé TVA	825€ TTC	Chèque, virement, espèces, paiements échelonnés

Organisme	Contact	Mél	Tél
I.F.J.S	Edwige Henri	contact@ifjs.fr	03 80 74 27 57



## Descriptif détaillé, ou toutes autres précisions concernant la formation

*Cette formation spécifique est faite pour ceux qui souhaitent animer des ateliers d'enfants. Vous pourrez acquérir rapidement nos différentes techniques de massage et relaxation bien-être adaptées aux enfants, mais aussi les outils nécessaires pour animer des ateliers pour le jeune public. Accessible à tous.*

### Objectifs

- Dans un cadre personnel, cette formation permet une pratique ludique du massage en famille.
- Dans un cadre professionnel, la formation permet de mettre en place et conduire des ateliers d'initiation de massage-relaxation avec des enfants dans différents cadres : école, centre de loisirs, centre social, club ou centre de vacances, activités péri-scolaires, etc.

### Contenu

- Les jeux pour le plaisir de la découverte du corps, de communication, d'écoute et de mise en confiance.
- Des exercices ludiques de prise de conscience du schéma corporel et de connaissance de son corps.
- La Relaxinésie®, une technique de détente de tout ou partie du corps, très ludique, avec utilisation de tissus pour « jouer » avec l'apesanteur.
- Les massages minute du visage, des mains, des pieds, un régal pour les enfants.
- L'Auto-massage et la relaxation active :
- Les différentes applications adaptées aux situations : salle de classe, salle de loisirs, à la maison (debout, sur chaise, à son pupitre, seul ou à deux, au sol sur tapis, etc.).
- Comment bâtir une séance, s'adapter à l'âge, au nombre d'enfants, aux moments de la journée, construire un projet ; être créatif et réactif.
- Les différents types d'animation avec les enfants, durée, installation, législation, assurance.
- Echanges d'expériences et analyse de pratiques - Mise en situation pratique d'animation.

### Pédagogie

C'est le point majeur de l'Institut Joël Savatofski qui s'identifie par un engagement pédagogique qui prend racine sur les quelques 35 années de recherche menée au sein de l'institut : la mise en place d'une méthode spécifique adaptée aux apprentissages du massage. Une centaine d'exercices, de jeux pédagogiques servent de préalables et facilitent la mise en confiance et l'approche de cet art dans un esprit ludique.

Tous nos formateurs ont reçu une formation pédagogique de formateurs-facilitateurs (1 an) au sein de l'IFJS et applique la pédagogie de Joël Savatofski. Ils possèdent en outre plusieurs années d'expériences comme Praticien de massage bien-être®.

### Support pédagogique

**Le livre** « Le massage, un jeu d'enfants » de Joël Savatofski décrivant les techniques et la mise en place du massage avec les enfants est remis à chaque stagiaire.

**Video** de la première expérience avec les enfants

Stage pratique possible

### Validation

A l'issue de la session le stagiaire reçoit le Certificat de formation à l'animation d'atelier massage-enfants

### Formateur

Claude Tacard, précurseur des ateliers de massage-relaxation à l'école, professeur des écoles, formateur massage bien-être à l'IFJS depuis 25 ans.

Site : [www.ifjs.fr](http://www.ifjs.fr)





## Intitulé de la formation

Sit-up massage - Méthode Gestalt Massage® • Dates à préciser

## Descriptif

### Objectifs

Acquérir les techniques du Sit-up Gestalt Massage®, Position assise et habillé. Savoir développer les effets du Sit-up Gestalt Massage®, à la fois énergisante, relaxante et unifiante. Acquérir la rigueur du temps, la précision des gestes et la compétence d'effectuer ce massage en 25 minutes. Savoir développer des outils de communication, des réseaux et prescripteurs, notamment les entreprises, maisons de retraite et l'utilisation pour d'autres situations comme première approche du toucher.

### Contenu

Plus complet que le Amma japonais le Sit-up Gestalt Massage® est globalisant. Il inclus le crane, le visage, les jambes et les pieds ainsi qu'un temps de parole avant et après.

Enseignement des techniques du Sit-up Gestalt Massage®. Révision des techniques du Sit-up Gestalt Massage®. Relexions sur le projet d'installation du praticien, le choix juridique, les outils de communication, les réseaux, les prescripteurs, les entreprises, les congrès, et autres différentes contextes d'utilisation. Entraînement à la pratique dans le temps requis de 25 minutes par séquences de Sit-up Gestalt Massage®. 2 modules de formation de 16 heures de formation = Total 32 heures

### Pédagogie

Formation en présentiel / Pédagogie interactive / Apports théoriques et support de cours

Démonstrations, révisions, entraînement à la pratique, expérimentation en binome, feed-back

### Evaluation

Evaluation des acquis / Questionnaire d'évaluation à chaud / Fiche d'évaluation des acquis fin de formation / Fiche suivi de pratique (30 massages) / Fiche de satisfaction / Examen écrit et pratique

## Public et pré-requis

Praticien en Massages Bien-Etre – CV et lettre de motivation

Nb Jours / heures	Dates	Lieu
4 jours / 32 heures	Dates à préciser	231, rue Paul Doumer – 78510 Triel sur Seine

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
575,00€HT	690,00 €TTC	Chèque ou virement

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFFP	U BANDELOW- BECART www.massagesgm.com	<a href="mailto:sgmiffp@orange.fr">sgmiffp@orange.fr</a>	06 09 01 17 86







### Intitulé de la formation

Accompagnement par le massage • Dates à préciser

### Descriptif

Il s'agira de s'intéresser aux outils que nous offrent la psychologie humaniste et la psychologie positive pour comprendre et, le cas échéant accueillir et accompagner, les manifestations émotionnelles qui s'expriment au cours d'un massage bien-être.

#### Objectifs pédagogiques :

- Maîtriser les fondements théoriques et pratiques du coaching applicables au massage.
- Devenir un « praticien réflexif » en développant sa capacité à observer sa pensée, ses émotions et ses ressentis, notamment dans la relation masseur-receveur.
- Utiliser le cadre, la rencontre et le massage comme leviers d'évolution personnelle pour vos clients.

Plus d'infos : <https://formation-massage.empsi.fr/formations/coach-masseur/>

### Public et pré-requis

Professionnel(le)s du massage bien-être en exercice, intéressé(e)s par la relation d'aide.

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
9 journées/66 heures	Dates à préciser	Epineuil (Bourgogne), Clisson (Pays de la Loire)

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
1122€HT	1122€TTC	Frais d'inscription offerts au adhérent règlements FFMBE

Organisme	Contact	Mél	Tél
École du Massage Intuitif	Estelle	<a href="mailto:contact.empsi@gmail.com">contact.empsi@gmail.com</a>	06 47 00 65 50





## Intitulé de la formation

Massage du sportif • Dates à préciser

## Descriptif

**Objectifs :** cette formation permet aux praticiens de massage bien-être de proposer des massages ciblés et adaptés, en cabinets ou en événementiels pour les personnes intervenant en milieu sportif, avec les danseurs, randonneurs, pratiquants d'arts martiaux, etc...

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable de :

- Pratiquer les différentes techniques du massage sportif, applicables avant et après l'effort : massages de préparation, massages de récupération ; connaître les intérêts et limites de ces manœuvres afin de les adapter aux diverses pratiques sportives et aux besoins spécifiques de chacun
- Connaître les différents types de blessures du sportif.

**Contenu.** Au cours de cette formation, vous pratiquez :

- Les différentes techniques du massage sportif, le massage de préparation avant l'effort, de récupération après l'effort
- Des techniques spécifiques, en rapport avec les différentes pratiques sportives, en fonction des expériences des stagiaires.
- L'essentiel à connaître à propos des blessures du sportif
- Intérêts des huiles essentielles en massage de récupération après l'effort.

**Approche pédagogique :** la pédagogie propre aux formations de l'IFJS est présentée ici :

<https://www.ifjs.fr/ecole/approche-pedagogique/>

### Support pédagogique

Un livret pédagogique est remis à chaque stagiaire. Le livre, Le massage du sportif, du formateur Stéphane Quéry (IFJS) (consultable et en vente sur le stage).

**À l'issue de la formation** le stagiaire reçoit une attestation de fin de formation en massage sportif

Pour en savoir plus : <https://www.ifjs.fr/formation/massage-du-sportif/>

## Public et pré-requis

Formation professionnelle ouverte à tous, sans pré-requis, sur motivation du projet

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
3 jours ( 21h )	Dates à préciser	Dijon Paris

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
Dispensé de TVA	495€ TTC	Chèque, virement,.... Possibilités paiements échelonnés

Organisme	Contact	Mél	Tél
Institut de Formation Joël Savatofski (IFJS)	Edwige Henri	<a href="mailto:contact@ifjs.fr">contact@ifjs.fr</a>	03 80 74 27 57





*Cette formation vise à transmettre les manœuvres essentielles à pratiquer avant et après l'effort, à en connaître les intérêts et limites afin de les adapter aux besoins spécifiques de chaque sportif et de leurs pratiques.*

**Dans un cadre personnel**, cette formation permet d'accompagner un proche dans sa pratique sportive, en particulier en soutien d'une personne préparant un défi sportif engageant (marathon, trail, etc.).

**Dans un cadre professionnel**, cette formation permet aux coaches ou préparateurs sportifs, aux danseurs, etc de proposer des massages ciblés et adaptés.

Le massage du sportif est une technique qui peut se pratiquer aussi bien au sol que sur table, quels que soient les conditions et le temps dont on dispose, une technique à la fois souple et très précise, composée d'une série de manœuvres de base, déclinée de façon personnalisée pour répondre aux attentes précises des sportifs.

### Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable de :

- connaître et savoir pratiquer les différentes techniques du massage sportif, les manœuvres essentielles applicables avant et après l'effort : massages de préparation, massages de récupération ;
- connaître l'intérêt et les limites de ces manœuvres afin de pouvoir les adapter aux diverses pratiques sportives et aux besoins spécifiques de chaque sportif ;
- connaître les différents types de blessures du sportif.

### Contenu

Au cours de cette formation, vous pratiquez :

- Les différentes techniques du massage sportif
- Le massage de préparation avant l'effort
- Le massage de récupération après l'effort
- Des techniques spécifiques, en rapport avec les différentes pratiques sportives, en fonction des expériences des stagiaires.
- L'essentiel à connaître à propos des blessures du sportif
- Intérêts des huiles essentielles en massage de récupération après l'effort.

### Approche pédagogique

La pédagogie propre aux formations de l'IFJS est présentée ici : <https://www.ifjs.fr/ecole/approche-pedagogique/>

### Support pédagogique

Un livret pédagogique est remis à chaque stagiaire.

### Validation

A l'issue de la formation, le stagiaire se voit délivrer une attestation de fin de formation au massage du sportif.

**Formateur** : Stéphane Quéry, formateur IFJS 25 ans, réflexologue et praticien de massage bien-être, spécialiste du massage du sportif, auteur du livre « Le massage du sportif » Ed. Omniscriptum (consultation et vente durant le stage).

### A noter

Possibilité : En complément : anatomie palpatoire (3 jours) ou autre formule « Tout en un » (Massage sportif et anatomie palpatoire + stage pratique supervisé) (5 jours +1)

**Site** : [www.ifjs.fr](http://www.ifjs.fr)



## Intitulé de la formation

Praticien animateur bien-être au travail • Dates à préciser

## Descriptif résumé

*L'expérience accumulée depuis 1986, au fil des prestations « Massage assis » réalisées par nos praticiens certifiés, nous a permis de faire émerger un nouveau métier enrichi de nouveaux « outils » : Praticien-animateur bien-être au travail (PABET)*

**Objectifs** : maîtriser la pratique des différentes techniques de bien-être spécifiques adaptées aux situations de travail et l'art d'animer, organiser et mettre en œuvre des séances de pause massage®, des espaces détente, des séquences ressources. Appréhender les outils nécessaires à son développement commercial et à la gestion de son activité. Identifier les mécanismes et étapes du stress, de l'épuisement professionnel.

**Cursus et contenu** - 18 jours (dont 3 jours en e.learning)

*Vous composez vous-même votre cursus à partir des dates des différentes sessions.*

- Praticien en massage assis (5 jours + 1), socle de la formation
- Auto-massage et détente dynamique (2 jours)
- Le massage habillé sur table (2 jours)
- Installation et communication marketing (FOAD, équivalent 2 jours)
- Stress, risques psychosociaux (FOAD, équivalent 1 jour),
- Session finale, supervision des pratiques, Mise en situation. Évaluation (5 jours).
- Stage pratique en entreprise

**Pédagogie** : les préalables : Jeux, exercices de mise en confiance, permettant de lâcher prise, développer sa créativité, l'art d'animer.

**Les supports pédagogiques** : les livres : Le massage douceur, La pause massage, 60 messages minutes, sont délivrés à chaque stagiaire. **Des vidéos** pratiques.

**Évaluation, validation** : certificat de praticiens animateur de bien-être au travail (PABET)

Site : [www.ifjs.fr](http://www.ifjs.fr)      <https://www.ifjs.fr/formation/praticien-animateur-bien-etre-au-travail-2/>

## Public et pré-requis

Formation professionnelle ouverte à tous, sans pré-requis, sur motivation du projet

Nb de Jours / d'heures	Dates	Lieu
18 jours (15 en présentiel)	Dates à préciser	Paris, Dijon, Nice

Tarif HT	Tarif TTC	Modalités de règlement
Dispensé TVA	3070€ TTC	Chèque, virement....paiements échelonnés possible

Organisme	Contact	Mél	Tél
IFJS	Dolorès Brottin	contact@ifjs.fr	03 80 74 27 57



*La notion de qualité de vie au travail est devenue un des facteurs clé de la réussite des entreprises, et celles-ci l'intègrent progressivement dans l'organisation du travail. Depuis 1986, nous formons des Praticiens en massage assis qui appliquent avec succès cette technique de bien-être particulièrement adaptée à l'entreprise. L'expérience accumulée, au fil des prestations réalisées par les formateurs et les praticiens certifiés, nous a permis de faire émerger un nouveau métier : Praticien-animateur bien-être au travail (PABET).*

### **Un cursus original**

Le déroulement de la formation est élaboré de manière personnalisée : Vous pouvez faire valoir une compétence particulière que vous possédez déjà, une technique maîtrisée, qui serait susceptible d'entrer dans le champ de nos applications optionnelles adaptées à l'entreprise : Gym minute, Yoga du rire, Chi Gong, Sophrologie, autres... et qui pourront être réajustés en vue d'une pratique pour l'entreprise lors de la session finale de supervision et de mise en situation.

### **Cursus et contenu** - 18 jours (dont 3 jours en e.learning, FOAD)

Vous composez vous-même votre cursus à partir des dates des différentes sessions proposée dans notre catalogue.

Praticien en massage assis (5 jours + 1). C'est notre « fétiche » et le socle de la formation

Une technique complète parfaitement adaptée à l'entreprise, aujourd'hui largement éprouvée les produits en animation comme en prévention du stress.

Auto-massage et détente dynamique (2 jours). Des outils simples issue de la médecine traditionnelle chinoise (do-in, chi gong) à proposer dans le cadre d'interventions / d'animations au sein de l'entreprise ou lors d'événementiels

Le massage habillé sur table (2 jours). Une technique inédite spécialement adaptée pour l'entreprise permettant de détendre et dynamiser de façon globale la personne en seulement quelques minutes.

Installation et communication marketing (équivalent 2 jours). Formation à l'installation et la communication professionnelle, au marketing, aux partages d'expériences, essentiel pour réussir et vendre des prestations de bien-être

Stress, risques psychosociaux (équivalent 1 jour). Une approche ludique qui va éclaircir vos connaissances sur le stress et vous apporter les clés pour prévenir individuellement et collectivement.

Session finale, supervision des pratiques. Toutes les techniques acquises, prestations individuelles et collectives ainsi que les quelques séances flashes seront ré-abordées en vue de leurs implications dans le cadre particulier de l'entreprise événementiel. Comment les présenter, les animer, préparation du projet professionnel en vue du stage pratique. Mise en situation. Évaluation. Stage pratique en entreprise. Concrétisation de ce projet au bénéfice d'une entreprise de son choix. Stage pratique, réalisation de séances bien-être, évaluation de la performance auprès de bénéficiaires.

**Responsable pédagogique** et intervenant : Joël Savatofski  
**Formateurs** intervenants IFJS

### **Évaluation, validation**

Le Certificat de praticiens animateur de bien-être au travail (PABET) est délivré aux stagiaires ayant suivi l'intégralité du cursus.

**Possibilités** de stage pratique avec Joël Savatofski ou un de ses proches collaborateurs, séjours échanges en villages vacances, etc.. Site : [www.ifjs.fr](http://www.ifjs.fr)

