



Massage Bien-Etre

Apprentissage de massages traditionnels

L'EPSC vous propose un cursus complet et modulaire, totalement personnalisable. Vous pouvez au choix : ► Vous inscrire au parcours complet : recommandé pour les personnes en reconversion, il vous permet l'apprentissage de : - différentes techniques de massage et ainsi de proposer une offre de service élargie en massage, et un catalogue de prestations attractif. - d'acquérir une posture professionnelle adaptée à ce métier, dans le respect de la personne massée et du masseur, - également enrichi d'un module Anatomie-Physiologie, indispensable à une pratique professionnelle, - peut être complété par un module d'accompagnement à l'installation professionnelle, spécifique aux métiers du bien-être. ► Vous inscrire à 1 ou plusieurs modules indépendamment: pour compléter des techniques déjà acquises ou vous perfectionner

Objectifs pédagogiques

- Savoir accueillir les clients dans le cadre de prestations de massage Bien-Etre
- Identifier la demande du client et savoir le conseiller en fonction de son besoin
- Proposer une offre de service variée et pertinente, et savoir la présenter
- Maîtriser une ou plusieurs techniques de massages spécifiques
- Connaître les bienfaits et les contre-indications de sa pratique

Profil du stagiaire

Pour qui ?

- Professionnels du bien-être (masseur-euse, esthéticien-ne, ...)
- Personne en reconversion vers les métiers du bien-être
- Toute personne voulant découvrir le massage et les différentes façons de le pratiquer.

Pré-requis

- Aucun prérequis technique n'est nécessaire
- Il est important de connaître les fondamentaux de l'anatomie humaine pour une pratique professionnelle. Cette discipline est proposée au sein de l'EPSC pour les personnes ne justifiant pas de ces connaissances.
- Cours dispensé en français

Contenu de la formation

- Tronc Commun
 - Ecologie du praticien : règles d'hygiène pour le masseur et le cabinet, le bien-être du masseur
 - Accueil du client : savoir présenter et expliquer le/les protocoles, savoir installer le client et créer un univers favorable
 - Savoir choisir ses produits, leur bienfaits et contre-indications
 - Anatomie-physiologie : les différents systèmes organiques, terminologie, ..
- Massage des pieds : Tout comme la réflexologie plantaire, un massage centré sur la zone des pieds apporte un bienfait global à tout le corps. Technique fortement pratiquée en Thaïlande, elle permet de proposer des massages plus ou moins longs.
 - Techniques préparatoires à sec
 - Massage de la voûte plantaire, techniques de lissage, pétrissage
 - Apprentissage des zones réflexes du dos (axe vertical), du plexus solaire et diaphragme (axe horizontal. Localisation des points et stimulation.
 - Massage du dessus du pied

EPSC 1-3 rue Georges Leclanché POITIERS 86000

tel : 0586160587 Numéro SIRET: 83452705300021

Numéro de déclaration d'activité: 75860158386 (auprès du préfet de région de: Nouvelle Aquitaine)

- Techniques de massages des pieds en décubitus ventral
- Massage Abhyanga : massage ayurvédique. Issu de la médecine traditionnelle indienne, ce massage, à base d'huile, propose des protocoles spécifiques au "tempérament" ou "dosha" de la personne massée. Ainsi il s'adapte parfaitement aux besoins de celle-ci.
 - Histoire et principes fondamentaux ayurvédiques
 - Introduction aux doshas
 - Apprentissage du protocole de massage Abhyanga
 - Adaptation au profils Vata, Pitta et Kapha
- Amma - massage assis. Variante du Shiatsu japonais, ce massage se pratique sur une chaise, c'est-à-dire partout ! Il est très souvent proposé aux entreprises qui souhaitent apporté du bien-être à leurs salariés. Il permet une reconnexion entre le corps et l'esprit, réduit considérablement le stress.
 - Apprentissage du protocole Amma : centré sur le crâne, la nuque, le dos, les hanches et les bras.
- Massage suédois : Cette pratique est une des techniques les plus utilisées et les plus demandées ! Elle propose des manœuvres comme les "pétrissages" qui permettent une détente musculaire profonde.
 - Apprentissage du massage de la face postérieure
 - Apprentissage du massage de la face antérieure
 - Massage du visage et du crâne
- Massage Lomi-Lomi : massage Hawaïen. Ce massage est extrêmement enveloppant, pratiqué sur tout le corps et avec de l'huile. Le masseur travaille avec ses avant-bras pour une sensation douce et enveloppante, comme au rythme des vagues..
 - Apprentissage du massage de la face postérieure
 - Apprentissage du massage de la face antérieure
 - Massage du visage
- Massage 4 mains : Apprendre à masser à deux pour proposer des massages 4 mains. Ces massages permettent un moment de détente absolue, Avec 4 mains, le cerveau ne parvient plus à ce concentrer sur les gestes du masseur, et lâche prise.
 - Apprendre à masser de manière synchronisée et coordonnée en binôme
 - Apprentissage du massage de la face postérieure
 - Apprentissage du massage de la face antérieure
- Shiatsu Minna San Do So : Protocole de soin global agissant sur tous les méridiens du corps. Par pressions glissée, acupression, étirements, ce shiatsu apporte détente, bien être et relaxation profonde.
 - Apprentissage du protocole de la face postérieure
 - Apprentissage du protocole de la face antérieure

Durée et prix

Durée globale de la formation : 26.00 jours, soit 182.00 heures.

Frais pédagogique :

- Financement en fonds propre pour particulier 3980.00 €.
- Financement avec prise en charge : 4600.00 €.

Dates et lieu : se référer au calendrier en ligne www.epsc-formations.com/calendrier-prochains-stages/

Organisation de la formation

Nombre de participants

de 6 à 12 stagiaires.

Equipe pédagogique

Les formateurs sont tous des professionnels du bien-être.

Fabienne THOMAS, praticienne Shiatsu, formée par Michel Odoul

Delphine TEXIER, fondatrice et gérante du centre Hridaya'Prana

Sylvain RIPOCHE, praticien agréé par la FFMBE

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

EPSC 1-3 rue Georges Leclanché POITIERS 86000

tel : 0586160587 Numéro SIRET: 83452705300021

Numéro de déclaration d'activité: 75860158386 (auprès du préfet de région de: Nouvelle Aquitaine)

Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Formalisation à l'issue de la formation

Une attestation de compétences sera délivrée aux stagiaires précisant la-les technique-s apprise-s

Titre attribué en fin de formation**Accessibilité**

L'inclusion de personnes en situation de handicap est une valeur importante pour notre école. Si l'accessibilité doit être adaptée, se rapprocher de nos services pour envisager les différentes compensations nécessaires.

Pour les formations en présentiel, nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

EPSC 1-3 rue Georges Leclanché POITIERS 86000

tel : 0586160587 Numéro SIRET: 83452705300021

Numéro de déclaration d'activité: 75860158386 (auprès du préfet de région de: Nouvelle Aquitaine)