

## Formation massage énergétique et thérapeutique

### Programme sur 8 jours (Niveau I et niveau II)

#### Public concerné :

Cette formation est à destination des professionnels de la santé et des praticiens du bien-être.

#### Présentation :

Le massage est un ensemble de techniques manuelles qui visent le mieux-être des personnes grâce à l'exécution de mouvements des mains sur le corps.

Il y a une action sur la peau, les muscles, les tendons et les ligaments qui vise à améliorer la santé par le bien-être qui en découle. Il se pratique sur une table de massage et utilise de l'huile.

Il pourra s'adapter avant ou lors d'un soin infirmier sur prescription médicale, au chevet du patient et à votre pratique de praticien de bien-être.

#### Objectifs du niveau I :

Les buts de cette formation sont :

- de se préparer par le biais de l'auto-massage Do in afin d'être dans de bonnes conditions physiques et psychiques pour la réalisation du massage,
- d'utiliser les techniques d'ancrage, de respiration consciente afin d'être dans une présence, d'être à l'écoute de la personne et de son corps pendant la séance,
- de savoir se positionner correctement pour éviter des douleurs physiques suite au massage,
- d'aider le patient à mieux gérer son stress par des techniques de respiration apprises lors de la formation,
- de préparer sa salle et son matériel nécessaires au bon déroulement de la séance,
- d'établir un entretien préalable avec la personne massée afin de connaître si elle présente des contre-indications, si elle est enceinte, présence de hernie...
- d'apprendre et de réaliser un massage bien-être complet d'une durée d'1h30,
- de maîtriser les 3 techniques que sont le massage Californien, le massage Suédois et le massage Lomi Lomi.

- d'améliorer la prise en charge du patient grâce à un massage adapté,
- de donner des conseils suites à la séance (s'hydrater ++, ne pas soulever de charges lourdes etc).

### Objectifs du niveau II :

- Savoir comment repérer les différentes vertèbres.
- Connaître les grands muscles, les principaux, les muscles dits « poubelles ».
- Repérer les pleins et vides énergétiques au niveau du dos et du ventre selon la médecine traditionnelle chinoise.
- Connaître les différents méridiens, leurs trajets et savoir les travailler afin de rééquilibrer les zones de pleins et de vides.
- Connaître des zones réflexes de la Réflexologie palmaire et plantaire afin de potentialiser la détente, le lâcher prise chez le patient.
- Utiliser des points d'acupuncture en acupression de manière adaptée.
- Utiliser les nouveaux mouvements de massage permettant d'aller travailler plus en profondeur les tensions du dos (selon la technique de massage profond du dos) ; du ventre, des jambes, des bras et du visage (avec les points d'acupression).
- Connaître et savoir utiliser les huiles essentielles adaptées aux symptômes que présentent le patient afin de renforcer l'efficacité de votre massage.

### Durée et horaires :

Sur 2x4 jours en présentiel de 9h à 18h.



**Possibilité d'aller directement**

**au niveau II si vous savez déjà une formation de massage.**

### Tarif :

1320€/personne pour les 4 jours avec le petit déjeuner + repas du midi inclus (soit 2640€ pour la formation complète).

Tarif comprenant le support de la formation et le matériel nécessaire pour la pratique.

**Attestation de formation fournie à la fin de la formation.**

### Inscription :

Amélie Boileau 06 24 29 70 07