DE A @ ZEN ASSOCIATION 23 rue Portail de la Barrière-33 230 Guîtres
CONTACT : Tél./fax : 05.57.69.15.15 – EMAIL my21@free.fr

Programme de la Formation

Praticien en massages de bien-être holistique
Cycle 1

Public concerné
-Toute personne sensible aux techniques naturelles de santés
-Professionnels de santé et du bien-être, kinésithérapeutes, infirmiers, pédicures, podologues, aides-soignantes, auxiliaires de puériculture, sages-femmes, esthéticiennes, etc…

Prérequis
Aucun

Positionnement
Entretien téléphonique pour les plus éloignés ou sur rendez-vous
Test de positionnement des connaissances de base en anatomie et sur le toucher et la relaxation

Conditions d'accès à la formation
Être majeur
Lettre de candidature décrivant le projet professionnel et personnel du candidat et les raisons qui le motivent.

Objectifs de la formation
Découvrir l'intérêt et l'importance de la relaxation
Développer ses capacités de toucher pour élargir son écoute
Découvrir les zones reflexes du corps
Être capable de réaliser et de structurer des séances de Relaxation adaptées à la demande et aux besoins du client
Acquérir les connaissances de physiologie des grands systèmes nécessaires à la construction du protocole du massage.
Se mettre en situation pratique et d'apporter les réponses face à des cas pathologiques simples que peuvent rencontrer les relaxologues
Se positionner dans la relation praticien/consultant

Les Modules de la relaxation faciale, de la relaxation du crâne et le module de gestion d'une l'activité de bien-être sont intégré au niveau 1.

Compétences visées : Réaliser une séance de massage bien-être ou autre et l'appliquer sur le terrain
- Questionner le client et établir la pertinence d'un rendez-vous - Hiérarchiser les zones réflexes à travailler.
- Elaborer un protocole de relaxation
- Intégrer des savoirs en anatomie physiologie et les appliquer à la relaxation
- Réaliser et structurer des séances de massage bien-être. - Assurer un suivi de clients
- Être capable d'animer des ateliers de relaxation
- Communiquer sur son projet professionnel

Durée :
Le cycle se décline en 4 jours : 35 heures de formation + 50 heures de travail personnel dont

Dates : Consultez notre planning de formation sur notre site internet www.chambres-relaxation.com

Délais d'accès en formation :
De A @ ZEN publie chaque début d'année un calendrier regroupant l'ensemble des sessions ouvertes sur nos thématiques de formation.
Inscription sur dossier possible jusqu'à 15 jours avant le début de la formation.

Horaires : 9h - 13h00 - 14h – 19h soit 9h00 de cours

DE A @ ZEN ASSOCIATION 23 rue Portail de la Barrière-33 230 Guîtres
CONTACT : Tél./fax : 05.57.69.15.15 – EMAIL my21@free.fr

Effectif : de 06 à 08 personnes

Déroulement de la formation

JOUR 1 :

Présentation.
Définition de la relaxation. Historique.
Mode d'action du massage bien-être.
Pratique

JOUR 2 :

Les buts, les objectifs.
Les indications de la relaxation par le massage.
Pratique

JOUR 3 :

Les différents types de corps.
Les anomalies morphologiques courantes.
Pratique

JOUR 4 :

Donner une séance complète.
Evaluation

Modalités
Formation en présentiel

Epreuves écrites
Relaxation, le corps sous forme de questions ouvertes et de QCM.

Epreuve de pratique
Evaluation des différentes techniques apprise**s.**

Une attestation de fin de formation est délivrée après réussite des épreuves : théoriques, pratiques.

Equipe pédagogique

Direction administrative et intervenants :

Yosef-Mehdy MAHI :
Directeur et responsable de l'organisation de formation.DE A à ZEN
Formateur référent depuis 2004 en accompagnement des personnes âgées
- Relation d'aide par le toucher, Relaxologue Réflexologue depuis 2004
et membre de la FFR. Formateur référent depuis 2004.

Eve BOSIO :
Psychologue du travail depuis 1996
Intervenante dans la préparation à la relation client/praticien et les notions d'écoute dans la pratique professionnelle depuis 2008.

Moyens et méthodes pédagogiques

Moyens pédagogiques

- Supports de cours complet remis à chaque module
- Table de massage et fauteuils de relaxation pour l'apprentissage pratique
- Vidéo projecteur, paperboard, caméscope et camera sportive (go pro) - Planches de cartographies plantaire, palmaire, faciale et de l'oreille - Squelette Os des pieds et des mains en résine.

DE A @ ZEN ASSOCIATION 23 rue Portail de la Barrière-33 230 Guîtres
CONTACT : Tél./fax : 05.57.69.15.15 – EMAIL my21@free.fr

- Pied et main en latex - Bols tibétains … Mannequin anatomie organique

Méthodes pédagogiques Pour le cycle 1

- Tous les matins révision des acquis des jours précédents par demi-groupe
- Démonstration filmée en temps réel pour une meilleure visualisation
- Mise en application par binôme avec support vidéo de la séquence de travail concerné
- Tous les soirs révision des mouvements de relaxations
- Méthode active et participative
- Alternance de cours magistraux et d'étude de cas clinique en regroupement pluri disciplinaire

Le Travail personnel (50h grand minimum !) a pour but de vous aider à devenir encore plus autonome et responsable dans votre démarche de formation. Ce qui est décrit ci-dessous étant le minimum, vous pourrez toujours faire bien plus si vous le souhaitez… Le pari que je fais est de vous faire confiance, tout simplement. Ces temps de travail personnel comprennent donc :

- **Avant le Niveau 1 : Une exploration de l'anatomie basée sur des documents envoyés à l'inscription.**
- **La pratique entre les niveaux de stage : Ses buts évidents sont de progresser en fluidifiant votre pratique, de gagner en confiance et en expérience, ainsi que de laisser surgir de nouveaux questionnements qui seront éclaircis au niveau de stage suivant.**

Tarif : 850€ net de Tva

Vous êtes en situation de handicap ?

Vous êtes en situation de handicap, l'équipe de A @ Zen saura vous apporter toute son attention et écoute afin de répondre à votre besoin, notamment en aménageant au mieux votre enseignement et faire ainsi en sorte que votre formation se déroule du mieux possible.
En fonction de votre handicap et pour une prise en compte optimale, nous vous demandons de prendre contact directement avec nos services afin que nous puissions échanger ensemble sur les différentes possibilités que nous pourrons vous proposer dans le but de concrétiser votre projet de formation.

Contactez-nous : *Tél./fax : 05.57.69.15.15 – EMAIL my21@free.fr*