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

Intitulé : PRATICIEN EN MASSAGES DE BIEN-ÊTRE HOLISTIQUE

Avoir acquis les bases de compétences : Le module de massage californien : base du massage Validé la formation de base, relation d'aide par le toucher.

Complément de la formation

Le module de l'anatomie palpatoire.

Le module de l'approche énergétique.

Le module de l'approche de la médecine chinoise

Le module de l'approche de la médecine ayurvéda

Le module de l'approche de la relaxation par le son vibratoire les bols tibétains

Le module de la relaxation faciale

Le module de la relaxation du crane

Le module massage aux pochons d'herbes du siam

Le module massage aux pierres chaudes

Le module de gestion d'une l'activité de bien-être

Cette formation se déroule donc sur 155 heures, et s'effectue en discontinu, par modules de 1 à 3 jours répartis sur plusieurs mois. Justifier des 50 heures de mise en pratique.

La formation commence par la Formation de base, suivie ensuite par les modules de la Formation complémentaire de spécialisation et les modules Anatomie et Gestion d'une activité de bien-être. Et finir par l'examen final. Il est logique de commencer par la formation de base. En fonction du calendrier vous pouvez suivre certains modules sans avoir effectué la formation de base : Comme les modules : anatomie palpatoire, relaxation faciale, relaxation du crane, relaxation par le son vibratoire bols tibétains, amma assis, … Cependant d'autres modules doivent être fait après la formation de base, massage aux pierres chaudes, massage aux pochons d'herbes du siam

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

Conditions d'accès à la formation
Être majeur

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

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. Acquérir des notions en aromathérapie et en médecine traditionnelle chinoise

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 15 jours : 108 heures de formation + 50 heures de travail personnel dont l'élaboration d'un mémoire sur le tant de la formation soit un total de 158 heures
Une journée de validation est prévue environ 12 à 15 mois après le début d'un cursus de formation

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 2 jours avant le début de la formation.

Horaires : 9h - 13h00 - 14h – 19h soit 7h00 de cours **Effectif : de** 06 personnes

Déroulement de la formation Programme pédagogique

JOUR 1 :
Présentation.
Définition de la relaxation. Historique. Mode d'action du massage bien-être.

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 :
L'anatomie du corps, les mouvements les muscles
Pratique

JOUR 5 :
Les différentes techniques de travail.
Les règles à observer avant d'effectuer une séance.
Les contre-indications et précautions en relaxation par le massage.
Pratique

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

JOUR 6 :

Le déroulement d'une séance, l'hygiène du praticien, le matériel à utiliser Intégration et mise en application de la méthode pratique du système Respiratoire.

JOUR 7 :

Intégration et mise en application de la méthode pratique du système Nerveux.
Intégration et mise en application de la méthode pratique du système Digestif.
Intégration et mise en application de la méthode pratique du système Endocrinien.
Pratique

JOUR 8 :

Intégration et mise en application de la méthode pratique des systèmes : Urinaire et Génital. Pratique des systèmes : Lymphatique, Cardiaque, Immunitaire et des Organes des sens. Pratique

JOUR 9 :

- Mettre en place le client, établir une anamnèse
- Repérer et localiser les zones reflexes nécessaires à la séance.
- Pratique

JOUR 10 :

- Mettre en œuvre les différentes techniques de digit pression - Maitriser des enchainements de gestes et de mouvements techniques - Maitriser les mouvements de détente de début et de fin de séance.
- Pratique

JOUR 11 :

Approfondissement des notions d'Anatomie et de Physiologie et applications pratiques. Révision technique
Pratique

JOUR 12 :

Approfondissement des notions d'Anatomie et de Physiologie Applications pratiques avec études de cas. Pratique

JOUR 13 :

Validation des études de cas pour le mémoire et élaboration des grilles de questions. Examen blanc (contrôle des connaissances théoriques et pratiques).
Notion d'Aromathérapie, son utilisation en Massage et les précautions à prendre, étude des propriétés et de l'usage des huiles essentielles.
Approfondissement des notions d'Anatomie et de Physiologie et applications pratiques avec études de cas des organes des sens.
Pratique

JOUR 14 : Evaluation finale de la formation

Examen écrit des connaissances acquises.
Examen pratique (mise en place d'une séance de relaxation). Aide à la structure rédactionnelle du mémoire.
Médecine Traditionnelle Chinoise : les fondements de l'énergétique, ouverture sur un autre courant réflexologique (énergétique des méridiens) qui est aussi important que l'occidental (méthode INGHAM)
Apprentissage de la réflexologie du visage.
Apprentissage de la réflexologie des mains.

Modalités d'évaluation

Contrôles continus des connaissances et de la pratique de la relaxation prenant la forme de révisions systématiques réalisées pendant les niveaux 1 et 2.

En fonction des résultats un programme individuel de révision est établi conjointement par le stagiaire et le Directeur. Le suivi du programme de révision est assuré par le Directeur.
Typologie des tests : pratique individuelle. Examen blanc au cours du cycle 3.
Cet examen comporte un test écrit et une mise en situation pratique. La correction et les réponses sont assurées par les formateurs référents. Un bilan de cet examen est réalisé et un programme individuel de révision est établi conjointement par le stagiaire et le Directeur afin de renforcer les apprentissages et de préparer le candidat à l'examen final. Le suivi du programme de révision est assuré par un formateur référent.

JOUR 15 : Epreuve Final

Deux épreuves pratique et Soutenance d'un travail théorique

Modalités
Formation en présentiel

Epreuves théorique
Anatomie, physiologie, réflexologie sous forme de questions ouvertes et de QCM.
Réalisation d'un protocole de relaxation en fonction d'une anomalie fonctionnelle tirée au sort.

Epreuve de pratique
Evaluation des différentes techniques apprises, localisation des zones reflexes choisies par les membres du jury, contrôle de la mise en place du client, contrôle des mouvements de relaxations adaptés aux zones reflexes et contrôle des contres appuis. Le candidat expose un travail portant sur une recherche appliquée d'un cas réel.

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

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

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

Méthodes pédagogiques Pour le cycle 1 - 2 et 3 :

- 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.**
- **Le « Mémoire de Formation » dont le but est d'être un fil rouge de réflexion sur votre apprentissage de la re**laxation **et l'évolution de votre pratique tout au long de la formation. Rassurez-vous, sa rédaction reste volontairement très accessible et n'est là que pour vous aider à mettre en ordre tout ce que vous découvrirez sur et avec cette merveilleuse technique qu'est la re**laxation **au fur et à mesure.**

Tarif : 2970€ net de Tva

- **DEUX MILLE NEUF CENT SOIXANTE DIX EUROS**

- **La formation complète hors prise en charge par les organismes de financement POLE EMPLOI – FIFPL – FAFCA – CPF - …**
- **Dans ce cas précis de prise en charges il y aura un surcout de la formation pour l'administratif, merci de nous consulter.**

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* ***: 05.57.69.15.15 – 06.81.23.16.90****. COURRIEL :* **my21@free.fr**