

FORMATION PROFESSIONNELLE EN MASSAGE THERAPEUTIQUE

PUBLIC Ouvert à tous

PRE-REQUIS Aucun

DUREE 1 an

STRUCTURE 150 heures

DEVENIR PRATICIEN PROFESSIONNEL

Une formation professionnelle sur une durée de 1 an de 150 heures en massage thérapeutique, à laquelle s'ajoute une formation complète obligatoire en médecine académique (Tronc commun) de 160heures, pour correspondre aux critères des différents organismes de reconnaissance pour les assurances complémentaires ASCA/RME.

CERTIFICATION

Certificat de Praticien en Massage Thérapeutique

PRESENTATION DE LA FORMATION

Le massage thérapeutique est un ensemble de techniques de massage combinant le massage californien pour la fluidité des mouvements et le schéma corporel , de techniques suédoises pour le massage sectoriel en profondeur pour dénouer les tensions musculaires , de mobilisations douces et de pressions issues de techniques orientales comme la relaxation coréenne , et du traitement des fascias et des articulations .

OBJECTIFS

L'objectif de la méthode est de dénouer les tensions physiques et libérer les blocages mentaux, émotionnels et énergétiques, d'activer les forces d'auto-guérison et favoriser la santé par une identification de ses tensions, de prendre conscience de son corps et d'apprendre à le respecter. Une collaboration respectueuse et une élaboration des objectifs dans un esprit de partenariat soutiennent la personne dans la gestion de ses problèmes, l'aidant à mobiliser ses propres forces physiques, émotionnelles et mentales. Le potentiel de changement et la solution de tout déséquilibre se trouvent dans le client lui-même.

L'objectif de la formation en massage thérapeutique est de former de futurs thérapeutes en massage qui seront capables de :

- Etablir un contact avec le client dans le respect et la bienveillance
- Identifier les besoins du client
- Appliquer les techniques de massage thérapeutique correctement et avec assurance

- Structurer la séance de manière organisée, ciblant la technique la plus appropriée à la situation personnalisant le massage à chaque séance en fonction du client.
- Montrer une compétence de soutien et d'orientation dans la prévention de la santé

COMPETENCES

Compétences professionnelles :

- Appliquer les différentes méthodes de massage dans une approche holistique de la santé
- Reconnaître les limites de la méthode du massage thérapeutique
- Gérer son activité professionnelle selon les critères cantonaux

Compétences méthodologiques :

- Favoriser la perception de soi-même, la responsabilité de soi ainsi que la capacité de prendre en charge le client
- Aborde en profondeur la problématique du client et fixe les priorités appropriées
- Respecte les sentiments, les pensées et les actions du client

Compétences sociales :

- Faire une auto-évaluation sur sa façon de travailler
- Interagir avec d'autres professionnels dans le monde de la santé
- Respecter les directives éthiques de l'association professionnelle et de l'école

CONTENUS

- Généralités sur le massage
- Importance du toucher et du schéma corporel
- Gestion du poids du corps dans l'exercice du massage
- Champ d'application et les contre-indications.

Massage anti stress

Massage spécifique des zones de stress à travers les vêtements : dos, trapèzes nuque et bras

- En position debout, assise, assise avec appui avec ou sans utilisation de la chaise ergonomique
- Anatomie des os, des muscles et des articulations des zones correspondantes
- Repérage des tensions et application des techniques appropriées : pressions, pétrissages, percussions, mobilisations des articulations
- Gestion du rythme et du temps en fonction des objectifs : calmer ou dynamiser.

Massages de confort

Massages de courte durée applicables en toute circonstance sans matériel spécifique.

- Massage détente de la main sans huile et avec huile
- Anatomie des os, des muscles et des articulations des zones correspondantes
- Massage détente du pied sans huile et avec huile
- Anatomie des os, des muscles et des articulations des zones correspondantes
- Massage du visage et de la tête
- Anatomie des os, des muscles des zones correspondantes

Massage au sol

Séance de relaxation au sol à même les vêtements, issue de la relaxation coréenne, des manipulations passives de physiothérapie et des pressions du massage oriental

- Ergonomie du masseur, positionnement dans le travail au sol
- Mobilisations passives
- Etirements de toutes les zones du corps en détail
- Etude des structures articulaires et amplitude de mouvements
- Pressions massage oriental (thaï)
- Notion de base sur les méridiens
- Notions de base sur l'énergétique, polarité

Massage sectoriel

Massage par zone de tous les membres, du dos du thorax et de l'abdomen, en détail et en profondeur sur les muscles avec de l'huile. Se pratique sur table de massage

- Le dos
- Anatomie des os, des muscles des zones correspondantes
- Les jambes, face antérieure et postérieure
- Anatomie des os, des muscles et des articulations des zones correspondantes
- Les bras
- Anatomie des os, des muscles et des articulations des zones correspondantes
- le ventre
- Anatomie des muscles et des organes de la zone
- le thorax
- Anatomie des muscles et des organes de la zone
- La nuque
- Anatomie des os, des muscles et des articulations des zones correspondantes

Massage californien

Massage fluide, enveloppant à l'huile reliant toutes les zones du corps entre elles. Se pratique sur table de massage

- Travail sur le schéma corporel, la globalité du corps par les manœuvres de base
- Fluidité des gestes, aisance
- Travail sur les rythmes
- Développement de la créativité et de l'intuition
- Les enveloppements, pressions dans la serviette

Massage circulatoire des jambes

Massage en douceur des jambes favorisant le retour veineux

- Manœuvres drainantes des jambes issus du drainage lymphatique
- Théorie sur système circulatoire et lymphatique

Massage sportif

Massage sectoriel de récupération et massage de préparation à l'effort, massage spécifique des tensions musculaires et libération des articulations.

- Adaptation des techniques suédoises en profondeur, technique de fouille
- Percussions
- Stimulation des muscles, échauffement
- Théorie sur blessures courantes du sportif
- Mobilisation des fascias en profondeur et en superficie
- Identification des tensions

Massage de la femme enceinte et de la personne âgée

Adaptation des techniques apprises à la situation de la femme enceinte et de la personne âgée en travaillant sur le côté

- Théorie sur situation particulière de la femme enceinte
- Théorie sur la situation particulière de la personne âgée

Généralités

- Pratique en binôme, parfois en trio
- Elaboration d'une stratégie de traitement en fonction des besoins du client.
- Relation Client/Thérapeute, écoute, exercices pratique
- Organisation du Cabinet et installation du client, mesures d'hygiène
- Constitution du dossier du client comprenant : une fiche d'anamnèse, une fiche de séance.
- Utilisation des huiles de massage, notions de base sur huile végétales et huiles essentielles utilisées pour le massage.

METHODOLOGIE

Approches pédagogiques interactives. Alternance entre théorie et pratique.