



PRATICIEN(NE) MASSAGE BIEN-ÊTRE ASSIS



PLAN DE FORMATION

Le / /2021

FICHE ACTION

Organisme de formation	ETUDE PROSPECTIVE INGENIERIE SIRET 538 371 337 00030 - APE 8559A Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 98 97 03878 97 auprès du Préfet de région de Réunion 381, Rue Henri Bègue 97436 st leu Tel: 0262 551 507 - Fax : 0262 551 520 Courriel : massage@epi974.fr
Total d'heures de formation Coût horaire Coût de la formation	18 heures. 21,00€ 378,00€
Dates de formation	Massage assis (habillé) :
Horaires	De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30
Adresse	18 lotissement des pêcheurs 97436 ST LEU
Public	Esthéticiens, aides soignants, infirmiers, demandeurs d'emplois, indépendants, personnes en reconversion, créateur d'entreprise, etc...
Prérequis	Sans prérequis nécessaire
Accessibilité aux personnes en situation de handicap	Nous contacter : massage@epi974.fr
Modalités pédagogiques	Présentiel (présence physique du formateur auprès de ses stagiaires) Travail en binôme (pratique inter-stagiaire) Par groupe de 4 à 8 personnes. Technique pédagogique : affirmative et démonstrative

SEMIR – ZAC 2000
16, rue Claude Chappe
97420 Le Port

contact@epi974.fr

Tel : 0262 551 507
Fax : 0262 551 520
GSM : 0692 877 315



Objectifs	<p>Développer la justesse des perceptions, du toucher, de l'attitude.</p> <p>Acquérir et maîtriser les techniques du massage ASSIS (acupression, malaxage, rotation appuyée et étirements)</p> <p>Connaitre et savoir repérer l'ossature et les principaux muscles du haut du corps.</p> <p>Assurer en autonomie un massage assis.</p> <p>Maitriser la pression et le poids du corps.</p> <p>Respecter le code de déontologie.</p> <p>Accueil professionnel du client.</p> <p>Être capable de ne pas s'épuiser en donnant un massage assis.</p> <p>Être centré, présent à son corps, à sa posture et à sa respiration.</p>
Programme de formation détaillé	<p><u>FORMATION MASSAGE ASSIS (habillé)</u></p> <p><u>Jour 1</u> : APPRENDRE ET PRATIQUER Exécuter les techniques de 1 à 18</p> <p><u>Jour 2</u> : APPRENDRE ET PRATIQUER Exécuter les techniques de 18 à 33 Mettre en pratique les techniques de 1 à 33</p> <p><u>Jour 3</u> (4 heures) : EXAMEN THEORIQUE ET PRATIQUE. Le quatrième jour est programmé après que l'apprenant ait réalisé en autonomie un minimum de 10 massages assis complets pour « cimenter » la formation. Répondre à 5 questions sur le massage assis Réaliser en autonomie 4 massages assis de 20 minutes chacun</p>
Moyens	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salle de formation ➤ Tables de massage ➤ Chaises de massage ➤ Tatami de massage ➤ Coussins de massage ➤ Draps de massage ➤ Huile de massage ➤ Support : cours détaillé des techniques pratiques ➤ Planche anatomique et musculaire ➤ Référence : Livre « Massothérapie clinique » Edition « Maloine »
Validation/Modalité d'évaluation	<p>Répondre à 5 questions sur le massage assis</p> <p>Réaliser 4 massages assis de 20 minutes chacun en autonomie</p> <p>Remise de l'attestation de formation.</p>

INDICATEURS 2021 :

Nombre de formés
18

Taux de réussite
100%

Taux d'abandon
0%

Taux de satisfaction
98%