

## FICHE DE PROGRAMME

### CURSUS : Développer la pratique du massage Californien Suédois

#### I. Objectifs

A la fin de la formation, vous aurez acquis les compétences nécessaires pour pratiquer le massage californien suédois.

Objectifs opérationnels : le stagiaire sera capable de :

- Accueillir un client (conseil, installation, prise en considération de la personne).
- Choisir la ou les techniques adaptées au client.
- Adapter les postures nécessaires pour pratiquer le massage : respiration, positionnement du corps.
- Connaître les structures de la peau, osseuses et musculaires ainsi que l'anatomie palpatoire

**II. Public concerné** : tout public ainsi qu'esthéticienne, spa manager, naturopathe, réflexologue, métiers du bien-être.

#### III. Prérequis : Niveau de connaissances préalables nécessaires

Être âgé de 18 ans

#### IV. Durée de la formation

- Sa durée : 35h soit 5 jours
- Dates : 28- 29- 30 -31 juillet et 01 août 2023

#### V. Lieu de la formation

- L'action de formation aura lieu au : Cap Ferré  
4 Lotissement Champ fleuri 97227 Sainte-Anne MARTINIQUE

#### VI. Coût par participant

1050 € net de taxe financement personnel

1225€ financement public ou opco

#### **VII. Accessibilité aux personnes handicapées : nous contacter**

**VIII. Contact** : Formatrice et responsable pédagogique :

Mary-Ellen LESSELLIER

Diplôme : Formatrice aux métiers du bien-être

Mail : [m.ellenenergy@gmail.com](mailto:m.ellenenergy@gmail.com)

Tel : +596 696898076

#### IX. Modalités d'accès à la formation

Le contrat ou la convention de formation devra être signé et retourné au plus tard 10 jours avant le début de la formation.

**Délai d'accès** : 10 jours avant le début de la formation

#### Organisation de l'action de formation

##### Méthodes pédagogiques

Pédagogies interactive et démonstrative basées sur l'alternance de théorie et de pratique, de questions-réponses et de mise en situation, échanges d'expérience

Cette alternance de théorie et de pratique apporte l'équilibre parfait concernant l'apprentissage et le développement des compétences de tout professionnel voulant développer les techniques du massage californien.

##### Moyens pédagogiques :

Outils mis à disposition : manuel, tables de massage, huiles, serviettes, planches anatomiques de la peau, osseuses et musculaires. Une salle de formation.

#### XI. Modalités d'évaluation

Une grille d'évaluation critériée est mise en place pour chaque stagiaire afin d'évaluer les compétences acquises (note minimum 10/20) et un QCM+ planches anatomiques sur la partie théorique avec (note minimum 10/20)

Evaluation de la satisfaction des participants en fin de formation par questionnaire d'évaluation à chaud.

#### XII. Programme de la formation

Jour 1 : Accueil des participants et présentation de chacun

Etude du manuel et planches anatomiques délivrés aux stagiaires

Mise en pratique des techniques du massage face du corps.

Jour 2 : Etude du manuel et planches anatomiques

Mise en pratique des techniques du massage face du corps.

Jour 3 : Révisions de toutes les techniques vues sur les 2 jours

Mise en pratique des techniques de massage dos du corps

Jour 4 : Révisions de toutes les techniques vues sur la dernière journée

Mise en pratique d'un massage dos du corps

Jour 5 : Révisions de toutes les techniques vues sur les 4 jours

Invitation de personnes extérieures pour recevoir un massage complet ou partiel

#### XII Suivi de l'action

Une feuille d'émargement sera signée par le stagiaire par demi-journée

Délivrance d'un certificat de réalisation après 20H de pratiques personnelles justifiées par un bordereau délivré par le centre

Evaluation pratique et Qcm écrit de 20 questions/réponses

Une moyenne de 10/20 est requise pour l'obtention du certificat