

Formation certifiante "Pratiquer des massages Bien Être " RS 5354

Massage SHIROTCHAMPI

Massage réalisé avec des différentes manœuvres techniques, telles que des lissages, des frictions, pétrissages et percussions alliant aussi bien la fermeté que la douceur durant la séance. Ce massage s'effectue sur le haut du corps parce que c'est à ces endroits que l'être humain accumule les tensions quotidiennes.

Manœuvres effectuées sur les épaule, le cou et la tête cela entraîne un lâcher du mental et de ce fait un lâcher-prise du corps. Ce massage traditionnel, shirot signifiant tête et champi signifiant massage, est à l'origine du mot shampoing.

Public visé par la formation:

o Cette formation vise les entrepreneurs, les salariés et non-salariés ainsi que tout public, y compris ceux en recherche d'emploi ou en reconversion professionnelle, souhaitant monter en compétence, ou remise à niveau professionnelle.
Les praticiens en massage bien-être et soins corporels, les professionnels de la santé paramédical et médical.

Prérequis nécessaires:

O Occuper un poste dans un salon de soins esthétiques ou dans une structure médicale ou paramédicale ou avoir un projet d'installation en pratique de massages bien-être

Accès stagiaires mal ou non-voyants:

o Le stagiaire doit prévoir prendre des notes par ses propres moyens, s'il ne peut pas exploiter le support papier et apporter un dictaphone. Les démonstrations seront organisées de sorte à ce qu'il reçoive chaque séquence.

Nombre de stagiaires acceptés:

o 2 à 8 personnes

Les + de la formation:

o Petits groupes, nombre de participants limité.

Délai d'inscription:

Inscription à tout moment, tant qu'il reste de la place à une session.

Dates de la formation:

o Selon le calendrier ou sur demande.

Horaires de la formation:

o 09h00-12h00 / 13h00-17h00 (2x10 mn pause et 1h pause repas).

Lieu de la formation:

o 7 rue de la porcelaine 64100 Bayonne

Durée totale des jours: 2

Durée totale des heures : 14h00

Objectif du stage

L'enseignement du massage Shirotchampi vous apprendra à maîtriser le protocole complet du haut du dos , cou et tête

- Intégrer les postures de travail propices à un massage de qualité
- S'adapter, être à l'écoute (verbale et non verbale) et gérer son temps

Les Objectifs Opérationnels sont les suivants : Objectifs de la formation:

- ✓ Savoir expliquer les particularités du massage Shirotchampi
- ✓ Pouvoir énumérer les bienfaits du massage
- ✓ Connaître des contre-indications
- ✓ Connaître et appliquer les règles d'hygiènes et de sécurité
- ✓ Préparer son environnement
- ✓ Intégrer les gestes et postures nécessaires
- ✓ Connaître et appliquer les techniques spécifiques à chaque protocole

Conditions d'inscriptions:

Un entretien téléphonique préalable à l'inscription définitive est conduit par la responsable de la formation, il vise à recueillir les informations sur le candidat à la formation, expériences en massage, souhaits, motivations...

Au cours de cet entretien, la responsable de la formation présente les objectifs, le contenu, les modalités et les conditions pratiques de la formation.

Cet entretien permet de valider le projet de formation et de favoriser l'engagement du candidat ou de l'orienter vers une autre formation. Cette démarche doit aussi permettre d'éviter les ruptures et les abandons en cours de formation

Le déroulement du stage

Chaque journée commence par un échauffement puis une révision de la journée précédente afin de valider les acquis de chaque participant et de proposer une correction adaptée.

Contenu de la formation

✚ Accueil des stagiaires sous forme de petit-déjeuner, avec café/thé/viennoiseries

✚ Présentation du formateur et présentation individuelle des apprenants

✚ Le premier jour : Enseignement théorique

- généralités sur l'origine de massage ayurvédique shirochampi,
- bienfaits du massage,
- recommandations et contre-indications,
- anatomie du dos, membres supérieurs et la tête,
- utilisation des huiles
- différentes techniques utilisées

Enseignement pratique

Le formateur vous apprend les mouvements et les gestes du massage shirochampi :

- Instruction et démonstration de la pratique shirochampi, détaillée et prodiguée par le formateur sur un modèle, avec différentes techniques qui sont les suivantes :
- Prise de contact, effleurages, lissages, mobilisation des épaules, pressions, pétrissages, frictions, étirements, rotations, pincements.

Le but de ces techniques de travailler en profondeur tout en douceur, pour réguler les fonctions végétatives du corps et dénouer les tensions musculaires.

Assimilation des techniques au niveau du haut du dos, du visage et la tête, par le stagiaire sur un modèle,

✚ Le deuxième jour, Révision du protocole en entier pour éviter les mauvaises interprétations et pour être certain d'avoir intégré les bons gestes. Ajustement des gestes et postures du stagiaire.

Changement de binômes pour réviser les manœuvres, pour réviser les techniques de la pratique massage shirochampi, en intégrant l'ergonomie, le respect de l'intimité et la sécurité.

- Valider ses savoirs et acquis au travers de mises en situation professionnelle

Evaluation des acquis de la pratique dans sa globalité, sur un modèle l'après-midi. Chaque participant devra donner et recevoir un massage complet, sous la supervision du formateur

✚ A l'issue de la formation, un rappel du déroulé et une conclusion viendront clôturer la journée, avec un retour sur les objectifs et un échange dynamique entre l'intervenant et les stagiaires

Résultats attendus

Evaluations des acquis: Par le formateur, en fin de formation, évaluation portant sur la pratique, observation d'une séance de massages, les résultats sont notés sur une grille d'évaluation, Par un jury, lors d'un examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massages, examen oral portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique) A noter : entre la fin de formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen. Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'une certification « Pratiquer de massages bien-être ».

Modalités pédagogiques

Formation exclusivement en présentiel

Les journées s'articulent entre temps théoriques et temps pratiques

Évaluation pré et post formation

Projection et support remis à chaque apprenant par e-mail dès le premier jour de la formation

Démonstrations pratiques des techniques, mise en application en binôme – amélioration et acquisition de la pratique professionnelle

Les bienfaits du massage Shirochampi

- réduction du stress,
- soulage les maux de tête et migraines,
- amélioration du sommeil,
- augmenter la concentration,
- apaisement du mental et du corps,
- fortifie les cheveux,
- optimise la mémoire et la vue