



Massage Détox

C'est une méthode de massage bien-être innovante qui associe : « **Pochons phyto aromatiques** »

- **Les principes de la naturopathie** (alimentation, huiles essentielles, hydratation, respiration, hygiène de vie),
- **Les techniques de drainage manuel** pour stimuler la circulation sanguine et lymphatique,
- **Les manœuvres minceur** (palper-rouler, lissages, pressions) pour favoriser le remodelage corporel,
- **Une approche énergétique** visant à harmoniser les différents flux du corps (sanguin, lymphatique, énergétique et digestif). Ces manœuvres sont associées avec des techniques de libérations émotionnelles

C'est un massage complet, à visée détoxifiante et régénérante, qui agit en profondeur sur :

- La **relance des émonctoires** (organes d'élimination),
- La **diminution des tensions** physiques et émotionnelles,
- La **réduction des sensations de lourdeur** (jambes, abdomen),
- La **stimulation de la vitalité globale** et du métabolisme.

. Objectif général

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de **réaliser une séance complète de massage aux pochons phyto aromatique**, en respectant les règles de sécurité, de posture et de qualité de prise en charge.

3. Objectifs pédagogiques

Le stagiaire sera capable de :

- Mener un entretien préalable
- Expliquer les spécificités du massage aux pierres
- Identifier les bienfaits et contre-indications
- Préparer le matériel et l'espace
- Réguler la température des pierres
- Appliquer le protocole complet
- Adopter une posture ergonomique
- Adapter le massage aux besoins du client

4 Public visé

- Personnes occupant un poste dans un salon de soins esthétiques, une structure médicale ou paramédicale.
- Personnes ayant un projet d'installation en pratique de massages bien-être.
- Entrepreneurs, salariés, non-salariés, personnes en recherche d'emploi ou en reconversion professionnelle.
- Praticiens en massage bien-être et soins corporels.
- Professionnels de la santé paramédicale et médicale souhaitant enrichir leurs compétences.

5 Prérequis Occuper un poste en soins esthétiques, médicaux ou paramédicaux, OU avoir un projet d'installation en massage bien-être.

6 Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Formation en inter Lors des premiers contacts, un entretien est proposé afin de :

- Prendre en compte les spécificités du handicap
- Identifier les besoins particuliers
- Déterminer les aménagements pédagogiques, matériels ou organisationnels nécessaires

Formation en intra

Toute inscription de personnes en situation de handicap doit être signalée en amont afin d'étudier l'adaptation de la formation.

Référent handicap :

Lynda Mainard – Disponible de **9h00 à 18h00**, du lundi au vendredi

- **Intra-entreprise** : après validation du cahier des charges
- **Inter-entreprise** : inscription possible jusqu'à 14 jours avant la session

7 Modalités d'inscription Entretien téléphonique préalable avec la responsable de formation.

- Objectif : recueillir informations, expériences, motivations, présenter les contenus et modalités.
- Permet de valider le projet de formation et d'éviter les abandons.
- Inscription possible à tout moment dans la limite des places disponibles

8 Organisation

Les + de la formation : Groupes limités à 8 personnes. Accompagnement personnalisé. Attestation de formation remise.

Titre : *Body Naturo Flux Détox*

Durée : 3 jours – 21 heures

Lieu : 7 rue de la Porcelaine, 64100 Bayonne

Dates : Selon calendrier ou sur demande

Horaires : 9h00 – 12h00 / 13h00 – 17h00 (2 pauses de 10 min + 1h repas)

Nombre de stagiaires : Minimum 2 à 8 personnes maximum

Tarifs : Particuliers : **588 €** OPCO/FAF : **714 €** **Contact :** 06 59 05 79 79

9 Compétences visées

- Identifier les flux corporels et leurs impacts sur la santé globale.
- Expliquer les bienfaits et contre-indications de la méthode.
- Mettre en œuvre un protocole complet de 90 minutes.
- Intégrer des conseils simples de naturopathie et hygiène de vie.

-9 Déroulé pédagogique, contenu de la formation

Jour 1 - Fondements et initiation (7h)

- Accueil des stagiaires (présentation et attentes).
- Définition du *Body Naturo Flux Détox* et principes naturopathiques associés.
- Étude des flux corporels : sanguin, lymphatique, énergétique, digestif.
- Présentation des huiles, plantes et supports naturels.
- Démonstration des manœuvres de drainage doux.
- Exercices pratiques guidés en binômes (postures, gestes).

Jour 2 – Techniques minceur et drainage ciblé (7h)

- Révision active des acquis (échauffement et corrections).
- Révisions théoriques sous forme de QCM.
- Techniques de drainage manuel ciblées (jambes, abdomen, bras).
- Gestes minceur : palper-rouler manuel, lissages profonds.
- Construction de séquences pratiques par zones.
- Conseils naturopathiques associés (respiration, hydratation, alimentation).

Jour 3 – Intégration et évaluation (7h)

- Réalisation du protocole complet *Body Naturo Flux Détox* (90 min).
- Évaluation pratique individuelle avec grille critériée.
- Débriefing collectif et corrections personnalisées.
- Conseils de mise en place professionnelle.
- Remise des attestations de formation.
-

Bienfaits du massage Pochon Phyto-Aromatique

- Détend profondément les muscles et les tissus
- Soulage les douleurs musculaires et articulaires
- Favorise la circulation sanguine et lymphatique

- Stimule la détoxification de l'organisme
- Apaise le stress, l'anxiété et les tensions nerveuses
- Rééquilibre l'énergie vitale
- Améliore la mobilité et la souplesse

13. Modalités pédagogiques

- Présentiel
- Alternance théorie / pratique
- Démonstrations
- Pratique en binôme
- Supports pédagogiques
- Évaluation pré et post-formation

14. Moyens matériels

- Tables de massage
- Huiles, coussins, matériel fourni
- Pratique en binôme
- Boissons chaudes offertes

15. Modalités d'évaluation

- Observation d'une séance
- Grille de compétences
- QCM
- Examen pratique
- Jury
- Réalisation de 10 séances après la formation

16. Certificat Délivrance du certificat :

« Pratiquer des massages bien-être – Massage body naturo flux detox

17 Évaluation des acquis

Évaluation en fin de formation

- Observation d'une séance complète
- Évaluation de la pratique par le formateur
- Grille d'évaluation renseignée

Évaluation par jury Examen final portant sur :

- Accueil et prise en charge du client
- Observation d'une séance
- Examen oral (théorie et pratique)

Condition préalable à l'examen :

Réalisation d'au moins **10 séances par protocole**, justificatifs à fournir.

18. Résultats attendus

- Validation des compétences professionnelles
- Capacité à réaliser une séance complète en autonomie.

19 INDICATEUR DE RÉSULTAT Depuis 2022, à la question De manière générale, êtes-vous satisfait de la formation ? Les stagiaires interrogés dans l'ensemble des formations (373) ont répondu : Très satisfaisant : 100 %

20. Informations administratives

LM Bien-Être Formée 7 rue de la Porcelaine – 64100 Bayonne

Contact 06 59 05 79 79 lm.bienetre.formee@gmail.com

SASU au capital de 1 000 € RCS Bayonne – SIRET 913 339 222 00014 NAF 8532Z

NDA 75640536664 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État)

