



Massage pierres chaudes et froides

Le massage aux pierres chaudes et froides est idéal pour proposer une technique de massage spécifique tout au long de la période froide. Un massage qui offre de nouvelles sensations. La technique enseignée permet de réaliser un massage aux pierres chaudes et froides relaxant d'1h30. Le huilage se fait sans pierres vient ensuite le travail sur tout le corps avec celles-ci.

Public visé par la formation: 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: 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

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES.

Inter : Lors de nos premiers contacts, nous vous proposerons un entretien afin de prendre en compte les spécificités de votre handicap et de déterminer les éventuels aménagements ou dispositions à mettre en place.

Le référent handicap est Lynda Mainard disponible de 9h00 à 18h00 du lundi au vendredi
OU

Intra : Pour toute inscription de personnes en situation de handicap, il convient de nous prévenir de manière à étudier l'aménagement de la formation.

Le référent handicap est Lynda Mainard disponible de 9h00 à 18h00 du lundi au vendredi

Nombre de stagiaires acceptés: 2 à 8 personnes

Les + de la formation: Petits groupes, nombre de participants limité.

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

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS,

Formation en intra : L'inscription à la formation sera validée uniquement après réception par l'Organisme de formation des besoins de l'entreprise et le cas échéant, validation du cahier des charges par le client. La formation démarrera au plus vite en fonction des disponibilités du client et de l'organisme de formation.

Formation en inter : L'inscription à la formation sera validée uniquement après l'étude du respect des prérequis par le candidat. L'inscription peut avoir lieu jusque 14 jours avant le démarrage de la session, sous réserve de places disponibles.

Dates de la formation: Selon le calendrier ou sur demande.

Horaires de la formation: 09h00-12h00 / 13h00-17h00 (2x10 mn pause et 1h pause repas).

Lieu de la formation: 7 rue de la porcelaine 64100 Bayonne

Nombre du jours : 3

Nombre d'heures : 21h00

Contact : 0659057979

Tarifs particuliers 590 € OPCO/FAF 790 €

Objectif du stage L'enseignement du massage aux pierres chaudes et froides vous apportera toutes les techniques nécessaires afin de réaliser une séance de 1h00 à 1h30 (Pour tous publics particuliers ou professionnels) - Intégrer les postures de travail propices à un massage de qualité - S'adapter, être à l'écoute (verbale et non verbale)- Gérer son temps

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

Être capable de mener un entretien avant le massage

✓ Savoir expliquer les particularités du massage pierres chaudes et froides

✓ Pouvoir énumérer les bienfaits du massage

✓ Connaître des contre-indications

✓ Connaître et appliquer les règles d'hygiène 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

Présentation du formateur et présentation individuelle des apprenants

Le premier jour : Enseignement théorique

Généralités sur les pierres chaudes et froides - Gérer la chaleur des pierres

Accueillir une personne avant et après le massage dans la bienveillance- Les recommandations et les contres indications du massage aux pierres chaudes et froides- Le choix de vos huiles - Les bienfaits - Positions possibles pour masser et se préserver au fil des séances

Enseignement pratique

Le formateur vous apprend les mouvements et les gestes du massage aux pierres chaudes et froides, détail du fonctionnement de la cuve et conseils pour bien vous organiser.

- Instruction et démonstration de la pratique avec les pierres chaudes et froides détaillée, prodiguée par le formateur sur un modèle séquences par séquences, avec des techniques d'effleurages, pressions glissées, lissages, vibrations, avec des pierres chaudes et froides en alternance.

Le but de ces techniques permet de relâcher les nœuds musculaires et soulager les douleurs.

Réguler la circulation du sang et des flux énergétiques.

-Techniques exercées sur la face postérieure .

-Assimilation du protocole par les stagiaires en binôme, en respectant les règles de sécurité et d'intimité et Tour à tour chacun peut ainsi pratiquer les gestes en étant corrigé et aussi recevoir le massage aux pierres chaudes et froides, pour comprendre le ressenti du point de vue du donneur et du receveur. Debriefing à la fin du cours.

Le deuxième jour, Questionnaire sur la théorie. 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, en intégrant l'ergonomie. Debriefing à la fin du cours

Le troisième jour, travail sur le protocole en entier en binôme

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

-Evaluation des acquis de la pratique dans sa globalité , en binôme l'après-midi. Chaque participant devra recevoir et donner une séance de massage 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

Les 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'un certificat « Pratiquer des 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 aux pierres chaudes et froides : Procure un sentiment d'harmonie - Relaxe les muscles en profondeur - Favorise l'oxygénation des tissus Lutte contre le stress et la fatigue - Améliore la circulation sanguine - Augmente le métabolisme cellulaire

INDICATEUR DE RESULTAT : Sur la période de l'année 2022, à la question « De manière générale, êtes-vous satisfait sur les formations ? », les 247 stagiaires interrogés ont répondu en moyenne sur l'ensemble des formations 99,4%

LM BIEN ETRE FORMEE

7, rue de la Porcelaine 64100 Bayonne Tél. 06/59/05/79/79 E-mail. Lm.bienetre.formee@gmail.com

Société par actions simplifiée (Société à associé unique) au capital de 1000 €

RCS Bayonne - SIRET 91333922200014- NAF 8532 Z NDA 75640536664 auprès de la sous-préfecture d'Aquitaine.

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'état