



La Maison du Lotus
130 Avenue Joseph Kessel
Voisins-le-Bretonneux 78960
Téléphone: 01 34 98 18 14
Siret : 504 140 914 000 12
N° 11788134978
contact@maisondulotus.com
www.formations-massages.fr

Formation en massage aux plantes sur 3 heures (3 h)

PUBLICS & PRE-REQUIS

Formation accessible à tout public

MODALITE D ACCES

Lieu de formation : 130 Avenue Joseph Kessel, 78960 Voisins le Bretonneux

Nos formations sont, dans la mesure du possible, accessibles aux personnes en situation de handicap, mais chaque situation est à examiner au cas par cas. Un diagnostic de faisabilité de votre intégration dans la formation, en fonction de votre degré de handicap peut être effectué avec l'aide de nos partenaires, l'AGEFIPH (agefiph.fr) et APF France Handicap (<http://yvelinesvaldoise.blogs.apf.asso.fr/>). Adressez-vous à Cécile Poirier, référente handicap au sein de la Maison du Lotus, qui prendra RDV au besoin avec une personne compétente auprès de nos partenaires: contact@maisondulotus.com 01 34 98 18 14

DELAIS D ACCES

Pour connaître les prochaines dates de formations, consulter notre site internet

<https://www.formations-massages.fr/>

TARIF

Vous pouvez consulter le prix de la formation sur le site <https://www.formations-massages.fr/>

OBJECTIFS GENERAUX

Connaître la composition des pochons et maîtriser le matériel : pochons et appareil à chauffer les pochons.

Savoir travailler sur table de massage ou sur futon en préservant son dos et en utilisant le poids du corps.

Maîtriser les différents types de mouvements du massage (pressions, tapotements, lissages) et savoir enchaîner les mouvements avec fluidité.

Comprendre comment intégrer le massage aux pochons à un massage thaïlandais et/ou un massage aux huiles

DUREE

3 heures par jour pendant 1 journée

Horaires : 10h à 13h ou 14h à 17h

Formateur : Formation animée par Joseph Hazelgrove, Praticien en Massage-Bien-Être depuis 2008.

PÉDAGOGIE / MOYENS D'ÉVALUATION

Moyens pédagogiques :

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation disposant des matériels pédagogiques et techniques nécessaires au bon déroulement de la formation

Documents remis :

Remise d'un support papier : livret de formation Massage aux plantes avec photos et textes détaillant chaque geste. Remise d'un lien vers une vidéo de démonstration.

Suivi de l'exécution et évaluation des résultats :

Feuille de présence

Questionnaire d'évaluation et de satisfaction de la formation

Quiz en ligne à l'issue de la formation avec remise du corrigé

VALIDATION

Remise d'un livre d'or après avoir effectué 25 massages et entretien avec le formateur sur le déroulé des pratiques individuelles

DETAIL DU PROGRAMME

Jour 1

Une pause de 10 minutes par demi-journée

Introduction : présentation de la formation, du formateur et tour de table des participants.

Discussion et prise en compte des attentes des bénéficiaires (attentes exprimées par mail en réponse au questionnaire envoyé en amont de la formation et oralement pendant le tour de table). Présentation des objectifs. (15 minutes)

Explications des origines du massage aux plantes. Liens avec la pratique du massage thaïlandais. Démonstration et pratique de la première partie du massage : position allongée sur le dos. Mouvement 1 à 11 du livret.

Démonstration et pratique de la deuxième partie - position sur le côté (mouvements 12 à 22)

Démonstration de la troisième partie –position sur le ventre (mouvements 23 à 29) et pratique

Démonstration et pratique du massage des épaules, de la nuque et du visage.

Révisions de tous les mouvements en fonction des besoins individuels de chaque élève