



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 pour femme enceinte et personne fragile sur 3 jours (21h)

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

Être capable d'effectuer le protocole du massage pour femme enceinte ou pour personne fragile en position latérale aux huiles d'une heure.

Maitriser sa posture

Acquisition des différents types de mouvements du massage : effleurages, enveloppements, glissés circulaires, pétrissages, pressions glissées.

Connaître l'anatomie pour travailler en précision sur les différentes parties du corps.

DUREE

21 heures, 7 heures par jour pendant 3 jours

Horaires : 9h30 à 12h45, puis 13h45 à 17h30

Formateur : Formation animée par Cécile Poirier, Praticienne en Massage-Bien-Être depuis 2006.

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 Femme Enceinte et Personnes Fragiles 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

Evaluation en cours particulier de 2 H pour les personnes inscrites en cursus avant la validation pratique.

VALIDATION

Validation des compétences à passer après avoir effectué 25 massages en pratique individuelle. Le stagiaire effectue un massage en condition réelle, avec comme client la formatrice/le formateur.

DETAIL DU PROGRAMME

Jour 1 –

Une pause de 15 minutes par demi-journée

Matin

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 bienfaits et vertus physiques et psychiques du massage pour les femmes au cours de leur grossesse.

Les spécificités du corps pendant la grossesse ou pour les personnes de santé fragile, les précautions nécessaires pendant le massage et les contre-indications potentielles au massage

Après-midi

Démonstration et pratique du massage :

Massage du dos, de la nuque et de la zone sacro lombaire

Mouvements 1 à 18 du livret.

Jour 2

Matin

Révision des gestes vus la veille.

Après-midi

Démonstration de la deuxième partie : massage des pieds et des jambes.

Mouvements 19 à 31 du livret.

Jour 3

Matin

Révision de tous les mouvements vus.

Démonstration de la troisième partie : bras, mains, visage et crâne.

Mouvements 32 à 45 du livret.

Après-midi

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

Pratique d'un massage en intégralité sur une heure.

Evaluation orale et corrections des gestes mal exécutés et de la posture.