

PROGRAMME

INTITULE DE LA FORMATION : MASSAGE CRÂNIEN BIEN ÊTRE

Méthode 2 : Shiatsu

OBJECTIFS OPERATIONNELS :

A l'issue de la formation, les apprenants seront capables de :

- Identifier l'anatomie de la boîte crânienne et des cervicales.
- Identifier les méridiens du corps et les flux énergétiques
- Préparer le massé et son environnement
- Maîtriser les techniques du massage Shiatsu
- Décrypter les différentes zones et les bienfaits du massage

PRE – REQUIS : Aucun

PUBLIC VISÉ : Coiffeurs(euses) - Esthéticiens(iennes)

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- Matériel et équipement : Mise à disposition de bac de lavage et de produits de soin (shampooings, huiles, masques...)
- Ressources pédagogiques : remise d'un dossier pédagogique détaillé et remise d'une tête en polystyrène

METHODE PEDAGOGIQUE : Schématisations des points anatomiques, veineux et musculaires étape par étape sur tête en polystyrène et démonstration des mouvements de massage sur modèle.

CONTENU DU PROGRAMME :

Jour 1 : Matin

- ✓ Accueil des stagiaires en formation
- ✓ Comprendre les racines du massage crânien Shiatsu et son histoire.
- ✓ Appréhender les buts et bienfaits du massage.
- ✓ Analyser l'anatomie du crâne et des cervicales
- ✓ Découvrir les flux énergétiques et les pressions associées.
- ✓ Préparer son environnement et préparer également le donneur et receveur avant le service massage pour bien masser
- ✓ Maîtriser les techniques de massage : Précautions à prendre – Points sensibles et contres indications.
- ✓ Démonstration d'une séance sur un modèle par le formateur - Installation du massé – Outils et matériels.
- ✓ Déroulement d'une séance avant/pendant/après le massage avec la bonne utilisation des produits.

Jour 1 : Ap-midi

- ✓ Découvrir les différentes zones de massage, ainsi que les bienfaits physiques et énergétiques.
- ✓ Chaque apprenant sera modèle à un autre apprenant pour ressentir chaque étape d'une séance de massage Shiatsu.
- ✓ Synthèse de la séance et Aide-mémoire.

MODALITÉS ET DELAI D'ACCÈS : L'inscription devient définitive à compter de la signature de la convention, la formation débute dans les 30 jours qui suivent.

MODALITES D'EVALUATION : Évaluation de chaque objectif opérationnel par des exercices pratiques sur modèles.

MODALITES D'ORGANISATION :

Durée : 1 jour soit 7 heures en Présentiel

Dates : lundis 05/02- 23/09 mardi 11/06

Horaires : de 9H à 13H et de 14H à 17H

Tarif : 310.00€ ht soit 44.29 € ht/heure

Lieu : 120, rue Victor Hugo 59500 DOUAI

Nous mettons en œuvre les moyens pour adapter la pédagogie aux spécificités des publics en situation de handicap.

Contact référent handicap : Francine LADRIERE.