

Programme de professionnalisation 500 heures sur 1 an

Module 1 : Techniques de massorelaxation (280H)

Acquisition de 10 techniques dont notre marque, le Massage Holistique®. Un ensemble de séances diverses et variées qui permet une grande polyvalence pour répondre aux besoins du marché du Bien Etre.

1) Le Massage Holistique®

Notre marque déposée à l'INPI, pour une pratique dégagée des approches ésotériques du massage; sa gestuelle redessine et détaille l'appareil musculo-squelettique pour 2 heures de relaxation.

2) Les autres techniques

- . Le Shanti - technique à l'huile; 1H
- . Le Californien - technique à l'huile; 1H
- . La Podo-relaxation - technique à l'huile et au lait; 1H
- . La Relaxation aux galets du Montcalm - technique à l'huile; 1H
- . Le Spécial 9 mois - technique à sec et au sol; 1H
- . Le Modeling Touch - technique à sec; 30 minutes
- . La Digito-Pression - technique à sec et sur table; 30 minutes
- . Le Amma-Do - technique à sec et assise sur siège ergonomique; 30 mn
- . Le Chang-Seat - technique à sec et assise sur chaise ordinaire; 30 mn

3) Révision et entraînement hebdomadaires

4) Les ateliers thématiques le dernier mardi du mois

Pour diversifier ses techniques : automassages; le Suédois; la main; initiation aux techniques d'Asie; le Spécial Seniors; la Relaxo' touch; le toucher drainant des jambes; les jambes toniques; le visage; le "Swing Touch".

Module 2 : Perfectionnement pour un métier (120H)

Entraînement pour se professionnaliser progressivement à travers :

- . Permanences d'accueil "Happy Hour" : gestion de la clientèle et du temps de travail; comment vendre ses techniques, savoir mettre en avant ses compétences et ses spécialités auprès du public
- . Création d'un press-book
- . Aide au support publicitaire et / mise à jour du C.V.
- . Interventions sur sites extérieurs (association, entreprises, salons et événementiels divers)

Module 3 : Connaissances professionnelles et déontologie en massorelaxation (100H)

1) Culture autour des pratiques de massage

- . Historique des massages
- . Les écoles d'aujourd'hui, rapports et différences
- . Les pratiques holistiques et le Massage Holistique® (éthique/charte)
- . Dans les concepts de santé, le mythe de l'énergie vitale
- . La main; de l'outil de fabrication au toucher placebo
- . L'imposture de la réflexologie; du toucher placebo à l'obscurantisme

2) Le corps humain d'un point de vue mécaniste

- . Anato-mo-physiologie : la respiration, la structure osseuse, le muscle, le système nerveux
- . La physiologie de la peau et ses différents états
- . Le stress; ses mécanismes

3) Anthropologie : les relations du sujet avec son corps, pour comprendre la corporalité

Une étude des relations interpersonnelles à partir de la compréhension de la nature humaine; comment l'être humain perçoit, pense son corps, oriente ses croyances, construit son rapport au monde et aux autres.

- . La complexité humaine
- . La conscience
- . Personnalité et individualité dans la condition humaine
- . La construction de la perception somesthésique

- . La conscience du corps : du schéma corporel à la conscience de soi
- . Le statut du corps pour soi et dans nos rapports sociaux
- . Proxémie, intimité et pudeur
- . Massage et plaisir
- . L'être humain et le besoin de sens
- . Le développement personnel
- . Massage et énergie, les concepts d'énergie dans le massage
- . Le corps et ses principales croyances (chakras, méridiens, etc)
- . Bien-être et bonheur; quelle philosophie des temps pour soi ?

4) Les autres techniques de relaxation (animation d'un groupe et pratique personnelle)

- . Présentation des autres techniques de relaxation
- . Méthodes Schultz, Jacobson, méditation, relaxokinésie et automassages
- . L'usage des huiles essentielles (sortie découverte)
- . Le travail du rire, ses bénéfices

5) Formation aux premiers secours

L'Examen

1) Préparation d'un entretien d'embauche

- savoir présenter son domaine, son métier et ses techniques
- simulation de rôles

2) L'examen

- Le zéro à l'une des épreuves est éliminatoire.
- La moyenne est exigée en théorie comme en pratique. Le raisonnement qui signe la compréhension et l'appropriation de notre déontologie professionnelle, sera autant pris en compte que la simple maîtrise de nos techniques.
- Justification des 100 heures de pratique personnelle; l'assiduité et la dynamique personnelle durant l'année de formation, sont également pris en compte.

3) En cas d'échec à l'examen, l'élève a un an pour se représenter (rattrapage au tarif de 10€ le cours; 50€ le week-end); au-delà d'un an, il devra repayer une année de formation au tarif en vigueur.