

Programme de formation : Massages en entreprise

Durée : 2 jours, soit 14 heures de cours.

Pourquoi des massages en entreprise ?

Il est avéré qu'un employé heureux et détendu est un employé productif ! De plus en plus d'entreprises souhaitent pouvoir proposer à leur personnel un moment de détente et de relaxation (bref mais efficace !) sur leur lieu de travail.

Dans ce cadre, le massage amma-assis et le massage des mains sont deux techniques de massages qui s'avèrent particulièrement adaptées du fait de leur courte durée mais également :

- de leur effet relaxant extrêmement rapide,
- du peu de moyens à mettre en place pour les pratiquer.

Public visé

La formation s'adresse aux personnes voulant proposer leurs services dans un cadre professionnel.

Conditions pour suivre la formation

Pour suivre la formation il n'y a pas de prérequis exigé.

Objectifs de la formation

Apprendre la pratique du massage amma-assis et d'un massage des mains :

- Apprendre un protocole de base complet de massage amma-assis (environ 20 minutes).
- Apprendre un protocole de base complet de massage des mains (environ 15 minutes).
- Apprendre les différentes techniques de travail et d'accueil.
- Être apte à proposer ces prestations aux entreprises.

Moyens pédagogiques et techniques

Les parties théoriques sont projetées sur écran.

Pratique en binôme sur chaise ergonomique et sur transat.

Les manœuvres sont corrigées au fur et à mesure de l'apprentissage.

Documents et supports

Le stagiaire reçoit un support de cours.

PROGRAMME DETAILLE

Tronc commun :

- Présentation du formateur et du centre de formation
- Présentation des stagiaires
- Présentation du déroulement du stage

Programme commun :

- Démarcher des entreprises
- Les formalités (avec l'employeur, avec les assurances)
- Préparer votre intervention en entreprise
- La tenue de votre "stand"
- Tenue et déontologie du praticien
- Accueil du client

Programme massage Amma-assis :

- Origines, bienfaits, limites, contre-indications, ...
- Le matériel nécessaire, conseils d'achats du matériel
- Où pratiquer, les différentes conditions d'exercices
- Quelques notions essentielles sur les méridiens travaillés lors d'un Amma-assis
- Installation de la chaise, du client
- Apprentissage des manœuvres : tête, nuque, dos, bras et mains,
- Révision de l'enchaînement du protocole de 20 minutes

Programme massage des mains :

- Origines de la réflexologie palmaire, bienfaits, limites, contre-indications, ...
- Le matériel nécessaire
- Où pratiquer, les différentes conditions d'exercices
- Quelques notions essentielles sur la réflexologie palmaire et le Sujok
- Installation du client
- Apprentissage des manœuvres
- Révision de l'enchaînement du protocole 15 minutes

Programme fin de stage :

- Examen sur chacun des protocoles (évaluation pratique)
- Evaluation écrite sur les parties théoriques de l'apprentissage
- Questionnaire de satisfaction sur vos journées de formation
- Débriefing de la journée formation, conseils sur la façon de travailler après la formation pour en profiter au mieux
- Remise des certificats de stage