



# PROGRAMME DE FORMATION

## "MASSAGE CALIFORNIEN" 01/09/22

### Formation d'initiation ayant pour objectifs :

- ❖ La maîtrise des gestes, postures et procédés du massage Californien
- ❖ La bonne gestion des indications et contre indications
- ❖ L'approche des bases anatomiques et des effets physiologiques
- ❖ L'analyse des bonnes conditions travail: Cadre, matériel, produits

**Format de la formation :** présentiel

**Nature de l'action :** action de formation de développement d'acquisition de compétences dans le massage corporel bien être de type Californien

**Durée :** 21 heures

**Horaires :** 09h-12h - 13h-17h

**Tarif :** 900€ TTC

**Modalité et délais d'accès :** Pour connaître nos disponibilités, vous pouvez contacter Audrey, responsable formation par téléphone du lundi au vendredi de 9h à 17 h au 06 74 94 52 03 ou par mail [apinkdermo@gmail.com](mailto:apinkdermo@gmail.com) ou directement sur le site internet [www.apinkdermo.fr](http://www.apinkdermo.fr) rubrique formation. Inscription possible une semaine avant le début de la formation (si la session n'est pas complète).

**Cible(s) :** Toute personne adulte et en bonne santé, les personnes en reconversion professionnelle, les professionnel.les de l'esthétique, du secteur du bien-être, du sport, du secteur paramédical ou médical, du secteur des pratiques complémentaires de santé, hors femmes enceintes. Cette liste n'est pas exhaustive.

**Nombre de personnes :** 2 personnes maximum

**Lieu de la formation :** Espace santé des Auréats 7 allée Charles Baron 26000 Valence

**Prérequis :** Aucun

**Intervenant :** qualification diplômée en BTS esthétique-cosmétique & certifiée en médecine traditionnelle chinoise acupuncture et médecine manuelle

**Les supports pédagogiques :** les exercices d'application, les ateliers pratiques de massage

**Documents pédagogiques :** un livret pédagogique à utiliser pendant & après la formation

### Moyens utilisés :

- Ordinateur / tablette
- Paperboard et /ou Vidéoprojecteur
- Support de cours papiers et synthèse du protocole

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Nos formations sont accessibles aux PSH. Nous vous conseillons de nous contacter en amont de la formation afin qu'une étude soit réalisée en fonction des besoins. L'organisme de formation APINK DERMO pourra ainsi adapter la formation en fonction de vos difficultés et besoins. La formatrice Audrey Angeletti (+33(0)6 74 94 52 03) est le référent Handicap.

### Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

1. Découvrir l'origine et les caractéristiques du massage Californien
2. Respecter la réglementation Française
3. Respecter le code déontologique du massage bien-être
4. Repérer les actions et effets physiologiques du massage
5. Identifier les indications et les contre-indications
6. Pratiquer et recevoir le protocole du massage
7. Sensibiliser à l'ergonomie, aux règles d'hygiène et de confort
8. Adapter le protocole aux besoins de la cliente
9. Gérer la durée d'un massage dans un temps donné
10. Améliorer sa pratique professionnelle

### Méthodes pédagogiques:

L'objectif est de rendre le participant acteur de sa formation. L'apprentissage en groupe restreint permet une approche personnalisée sur mesure adaptée aux besoins de l'apprenant. Les apports théoriques précèdent les ateliers pratiques dans l'objectif d'apporter des axes de compréhension et d'amélioration de la pratique.

La première partie débute par une approche théorique visant à encadrer la pratique du massage d'un point de vue réglementaire, déontologique et physiologique

- Projection d'un powerpoint
- Animation sous forme de capsules de 1 à 5
- Tour de table, questions / réponses
- approfondissement des connaissances des effets physiologiques du massage
- approfondissement pour une pratique responsable et sur mesure
- QCM en auto-évaluation effectué en fin de matinée pour valider la première étape de formation

### La seconde partie concerne la pratique

- Poste de travail table de massage et consommables à disposition
  - méthodes démonstrative en milieu professionnel pour transmission des gestes
  - méthode d'investigation et d'observation attentive
  - méthode explicative des critères d'évaluation
  - méthode réceptive pour percevoir le massage afin de mieux le pratiquer
  - méthode active et participative pour sensibilisation des techniques manuelles
  - Méthode d'accompagnement massage à 4 mains pour la compréhension de la gestuelle
- 
- méthode répétitive, jusqu'à assimilation du protocole et amélioration de sa technique
  - Les révisions: chaque demi-journée commence avec les révisions des gestes appris pour être certain d'avoir intégré la bonne gestuelle
    - Le dernier jour une révision générale le matin vous permet de recevoir et de pratiquer une séance complète de massage
    - Suivi tout au long de la formation afin de valider la compréhension et l'acquisition des connaissances

### Évaluation

- Test de positionnement pré-formation
- Attestation de présence individuelle à signer chaque demi journée de présence
- Auto-évaluation des acquis théorique avec QCM fin de première partie
- évaluation de la pratique :Le stagiaire devra réaliser le protocole appris sur une vrai modèle , il sera observé et devra obtenir l'appréciation “acquis” ou “en cours d'acquisition” à la pratique du protocole.Il devra avoir la moyenne sur la grille d'évaluation. En cas de non réussite le stagiaire repasse la pratique le jour même
- Grille d'évaluation de la pratique fournit au stagiaire en fin de formation
- Certificat de réalisation de formation.
- Évaluation du commanditaire et du financeur de la formation 2 à 3 mois après la formation.