



École Française
d'Aromathérapie
Intégrative

MASSOPRATICIEN

Lorsque la pratique régulière du massage vous donne l'envie d'aller plus loin dans la compréhension de ce qui se passe sous les doigts et de comprendre comment travaillent les chaînes posturales... L'Anatomie palpatoire et l'apprentissage de techniques de levées de tensions vous permettent de perfectionner votre art et améliorer votre efficacité et la satisfaction de vos clients.

OBJECTIFS

- Identifier les contre-indications et les exclusions au massage.
- Acquérir des positions corporelles et des manœuvres plus efficaces et moins fatigantes pour le praticien.
- Réaliser une prestation de massage adaptée au/à la client.e et dans les conditions optimales pour favoriser une détente neuro-musculaire durable dans le temps.
- Définir le protocole sur mesure à mettre en œuvre en utilisant les manœuvres fondamentales appropriées : s'appuyer sur l'anatomie palpatoire et la physiologie, et les mettre en lien avec la demande et les besoins du client.

LES PLUS DE LA FORMATION

Guillaume GERAULT est naturopathe et thérapeute psychocorporel. Il a suivi 4 années d'ostéopathie et donne des cours de massage depuis bientôt 20 ans dans différentes structures.

Guillaume pratique le massage et l'accompagnement thérapeutique psychocorporel depuis plus de 20 ans en cabinet auprès de sportifs de haut niveau, d'artistes et de tout public souhaitant être mieux dans leurs corps.

Passionné et passionnant, il vous accompagnera pas à pas pour que vous compreniez vos gestes et que vous ressentiez leurs effets.

Cette formation répond à une demande forte du public et des praticiens en permettant d'aller au-delà du massage de bien-être sans pour autant se substituer au travail du kinésithérapeute ou de l'ostéopathe.

Les stagiaires constatent un développement rapide de leur clientèle à la suite de cette formation.

PREREQUIS / PUBLIC VISE

Cette formation est accessible à tous.

Les différents niveaux permettent d'intégrer la formation en fonction de votre pratique.

- Si vous débutez les 3 niveaux sont conseillés.
- Si vous massez occasionnellement : vous pouvez commencer par le niveau 2.
- Si vous êtes déjà un professionnel du massage, le niveau 3 est une formation d'approfondissement qui vous permettra d'aller plus loin dans votre art.

Il est possible de ne suivre qu'un ou deux niveaux. Si vous souhaitez un entretien téléphonique, vous pouvez nous écrire à secretariat@efai.fr

ACCUEIL DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Dans un souci d'intégration et d'accès de toute personne à la formation professionnelle, quelle que soit sa situation, l'EFAl a entrepris une démarche de prise en compte des besoins des personnes en situation de handicap afin de maintenir leur chance de réussite.

Offrir des environnements souples, adaptables, permet ainsi d'agir positivement sur les situations de handicap. Travailler sur la question du handicap permet d'anticiper la manière dont notre école va pouvoir accueillir et prendre en compte « les différences ».

Sans être des experts, les membres de notre équipe ont mis tous les moyens en œuvre pour pouvoir accueillir des personnes avec des différences, de manière confortable et adaptée.

C'est pourquoi, si vous avez besoin d'une quelconque adaptation pour votre formation, nous vous invitons à nous le signaler de façon à pouvoir identifier et mettre en place, si c'est possible, des solutions d'aménagement nécessaires.

METHODOLOGIE

La formation se déroule en présentiel, sous forme de cours pratiques et théoriques.

Les pratiques individuelles permettent de mettre en œuvre les savoir-faire et savoir-être nécessaires, les compétences indispensables afin de devenir un.e véritable professionnel en regard du référentiel d'activités du métier.

La formation se déroule dans des locaux dédiés et met à disposition les tables de massage. Les apprenants sont tenus d'amener avec eux leur(s) serviette(s) et leur huile de massage.

Les supports pédagogiques sont fournis sur support papier aux apprenants et une plateforme internet est utilisée afin de retrouver les vidéos des différentes pratiques et gestes spécifiques.

MOYENS TECHNIQUES

Présentations et vidéos sur écran.
Supports de cours papier.
Fiches anatomiques.
Crayons dermographiques de différentes couleurs.
Accès individuel à une plateforme en ligne.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exposés théoriques avec projections sur écran et démonstrations pratiques.
Vidéos pédagogiques.
Démonstrations et expérimentations.
Dessins sur corps.
Quiz d'entraînement en ligne.
Groupe d'échange sur WhatsApp

EVALUATION / OBTENTION DU CERTIFICAT DE MASSOPRATICIEN

L'évaluation se fait tout au long de la formation, essentiellement pratique, afin de proposer une remédiation, si celle-ci s'avère nécessaire.

A l'issue de la formation, une attestation de formation est remise à l'apprenant.

Une évaluation écrite et pratique est organisée en fin de niveau 3 pour la délivrance du Certificat d'École.

Une attestation de suivi de formation est délivrée en fin de formation pour les niveaux 1 et 2.

RYTHME DE LA FORMATION

Formation de 14 jours non consécutifs.

Niveau 1 - 3 jours (21 heures)

Niveau 2 - 4 jours (28 heures)

Niveau 3 - 7 jours (49 heures)

Il est demandé à l'apprenant de mettre en pratique les pratiques vues durant le module avant d'entamer le module suivant.

Il est tout à fait possible de ne faire qu'un ou deux niveaux en fonction de vos objectifs.

COUT DE LA FORMATION

Coût de la formation :

- Niveau 1 - 3 jours : 390€
- Niveau 2 - 4 jours : 520€
- Niveau 3 - 7 jours : 890€
- **Niveaux 1, 2 et 3 : 1620€**

Les supports et les frais d'examen sont compris, les repas sont à la charge du stagiaire.

Vous bénéficiez d'une remise de 5% sur l'ensemble de la formation si vous êtes étudiant ou demandeur d'emploi sans financement (merci de joindre le justificatif).

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 30% d'acompte, puis le solde au premier jour
- Règlement en 3 fois sans frais : 30% d'acompte, puis 2 mensualités
- Pour des mensualités personnalisées : nous contacter à secretariat@efai.fr

- soit par virement bancaire : CAP SANTE – BIC CMCIFR2A – IBAN FR76 1027 8060 6700 0218 9190 136

- soit par chèque libellé à l'ordre de **CAP SANTE**, et envoyé à :
EFAI – 4 Allée des Jacquiers – 97427 L'ÉTANG SALÉ.

Il est possible d'échelonner le paiement, mais l'intégralité des chèques devront être tous remis au 1^{er} jour de formation.

FINANCEMENTS AU TITRE DE LA FORMATION CONTINUE OU RECONVERSION

L'École Française d'Aromathérapie Intégrative est certifiée QUALIOPi mais n'est pas enregistrée au RNCP.

Nos formations sont donc éligibles à tous les financements, **EXCEPTÉ AU CPF.**



La liste n'est pas exhaustive.

Attention, **éligible** ne veut pas dire que votre demande sera **acceptée**.

Notre conseil : renseignez-vous auprès de l'organisme duquel vous dépendez, ou auprès du responsable de formation de votre entreprise pour connaître vos droits à la formation, puis revenez vers nous pour monter le dossier.

Des frais pour le montage et le suivi du dossier de 90€ sont appliqués, mais ne sont pas facturés au stagiaire en cas de refus de la demande de financement.

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font soit en envoyant un mail à secretariat@efai.fr pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après :

- Renseignement du formulaire ;
- Règlement de l'acompte ;
- Signature du contrat de formation et du règlement intérieur.

DATES 2024-25

Niveau 1 - 3 jours

- 9-10-11 novembre 2024

Niveau 2 - 4 jours

- 30 novembre et 1er décembre 2024
- 07-08 décembre 2024

Niveau 3 - 7 jours

- 10-11 février 2025
- 17-18 février 2025
- 14-15 avril 2025
- 7 juin 2025

La formation a uniquement lieu en présentiel.

Lieu de la formation : L'Étang Salé

Horaires : 9h00/12h30 – 13h45/17h15

Les sessions sont limitées à 8 personnes pour un suivi individualisé.

Pour toute demande de renseignement complémentaire : secretariat@efai.fr

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

Niveau 1

Vous souhaitez apprendre à masser mais ne savez pas par où commencer ? Notre premier niveau de formation est conçu spécialement pour vous pour une utilisation personnelle.

- ◆ Apprendre les bases essentielles du massage.
- ◆ Comprendre les contre-indications du massage.
- ◆ Maîtriser les gestes fondamentaux du massage.
- ◆ Adopter les bonnes postures pour un massage efficace.
- ◆ Découvrir les dix techniques fondamentales du massage.
- ◆ Acquérir les rudiments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur.
- ◆ Comprendre ce que vous ressentez sous vos mains.

Ces objectifs vous aideront à acquérir les compétences nécessaires pour masser de manière agréable et efficace.

Niveau 2

Prêt à explorer de nouveaux horizons dans l'art du massage bien-être ? Notre deuxième niveau de formation vous ouvre les portes vers une expérience encore plus enrichissante et déjà une profession.

- ◆ Approfondir vos compétences en massage pour offrir des massages de qualité professionnelle.
- ◆ Apprendre les étirements, les vibrations et les percussions douces du massage Néo-californien.
- ◆ Utiliser le massage Néo-californien pour libérer les émotions, améliorer la souplesse articulaire et tonifier les muscles.
- ◆ Apprendre les pressions profondes, les pétrissages énergiques et les étirements du massage Maure.
- ◆ Utiliser le massage Maure pour favoriser la relaxation profonde, améliorer la circulation sanguine et procurer une détente musculaire optimale.
- ◆ Adapter les techniques de massage aux besoins spécifiques des clients.

Ces objectifs vous prépareront à offrir des massages professionnels et personnalisés, répondant aux exigences variées de votre clientèle.

Niveau 3

Vous êtes passionné par l'art du massage et souhaitez approfondir vos connaissances pour offrir une expérience encore plus enrichissante à vos clients ? Notre niveau 3, est conçu spécialement pour vous !

Maîtriser l'anatomie et la physiologie des muscles principaux afin de les repérer

- ◆ Anatomie et physiologie théorique de l'appareil locomoteur ;
- ◆ Observation sur écran pour une vision globale ;
- ◆ Observation sur le support papier et sur écran pour une compréhension plus précise (Origine, trajet, terminaison, innervation, physiologie pour chaque muscle) ;
- ◆ Dessins fait par chaque personne en binôme sur le corps afin de les visualiser (crayons dermographiques) ;
- ◆ Anatomie palpatoire, la connaissance permet de développer son ressenti
- ◆ Proposition de manœuvres par le groupe ;
- ◆ Démonstration de gestes et postures spécifique ;
- ◆ Pratique en binôme avec accompagnement par l'intervenant.

Déceler et différencier les douleurs musculaires

- ◆ Comprendre la physiologie des douleurs musculaire ;
- ◆ Reconnaître les muscles agonistes et antagonistes ;
- ◆ Reconnaître les muscles dits « poubelles » ;
- ◆ Reconnaître les points gâchettes ;
- ◆ Apprendre les techniques de levée de tension.

Appliquer les apprentissages sur les zones spécifiques

- ◆ La zone cervicale, thoracique et lombaire ;
- ◆ La face antérieure du thorax ;
- ◆ Le bassin ;
- ◆ Les membres supérieurs – bras, avant-bras, main ;
- ◆ Les membres inférieurs – cuisse, jambe, pied ;
- ◆ Les liens entre chaque zone.

Être capable de créer un protocole individualisé en fonction de l'analyse du ressenti et de la demande du client

- ◆ Préparation de l'environnement et du matériel ;
- ◆ Accueil du client ;
- ◆ Anamnèse ;
- ◆ Exclusions ;
- ◆ Observation en position debout, assis et allongé ;
- ◆ Observation et respect des préférences motrices ;
- ◆ Gestion du temps ;
- ◆ Proposition du protocole ;
- ◆ Conscience corporelle ;
- ◆ Gestion de la détente neuromusculaire par le souffle ;
- ◆ Mise en œuvre.