

Nos formations en Massages



Adresse postale : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes

Contact : contact@lemniscate-processus.com

Tel : 04 66 26 16 83

Tel : **06 67 57 98 58**

Découvrez nos formations en massage bien-être

*Notre offre formation est en évolution constante. Nous souhaitons nous adapter au mieux aux besoins de nos futurs élèves et proposer une formation de qualité, tout en respectant la philosophie de notre école : intégrer le massage dans une philosophie globale, qui vise à développer **le centrage, un positionnement intérieur juste, une attitude d'écoute neutre.***

Notre École est un organisme de formation certifié QUALIOPi, vous pouvez demander un financement auprès de votre OPCO.

En cas de financement perso, une réduction de ±25% est applicable sur le tarif.

*Afin de cibler au mieux de vos besoins en termes de formation, n'hésitez pas à contacter Catherine au **06-67-57-98-58**, ou nous adresser un courriel.*

Au plaisir de vous accueillir,

Pour LEMNISCATE PROCESSUS - CONTACT & CARE

Catherine MAUGUIN - Responsable Adm. & formatrice Formation Massage

06 67 57 98 58 ou 04-66-26-16-83

cathy@le-jardin-interieur.com

PRATICIEN(NE) EN MASSAGE BIEN-ETRE – ENERGETIQUE – ACCOMPAGNEMENT PAR LE TOUCHER

DUREE ET COUT DE LA FORMATION

Durée : du 14/02/2025 au 31/12/2025

Nombre d'heures : 217 **Nombre de jours :** 31
+ 100h de pratique personnelle

Coût pédagogique forfaitaire : 5320€ (*à rajouter Adhésion à la FFMBE : 15€*)

Si financement perso : -25%, soit 3990€

Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-05469-34 - Formation certifiante FFMBE

PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- **Public concerné :**
 - Personnes désireuses de devenir praticien en massage -bien-être
 - Public à la recherche d'outils complémentaires aux métiers à caractère paramédical, esthétique, social (handicap), sportifs,...
 - Personnes souhaitant acquérir une technique solide dans les métiers des thérapies manuelles
- **Prérequis :**
 - Aucun pré-requis n'est nécessaire.

OBJECTIFS ET COMPETENCES A ATTEINDRE

Former et certifier des praticiens(nes) en massage bien-être, apporter un éclairage énergétique sur le massage, acquérir un positionnement effectif dans la pratique spécifique à notre école.

- **Concevoir et mettre en œuvre une séance de massage bien-être**
- **Concevoir et mettre en œuvre une séance de massage énergétique**
- **Etre en capacité d'accompagner son client vers une meilleure relation avec lui-même.**



PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

Massage BIEN-ÊTRE et DÉTENTE, 10 jours – 70 heures

- Ancrer la bonne posture : intégrer une pratique corporelle (Qi gong, Tai chi chuan)
- Acquérir différentes techniques de massothérapie (effleurage, pétrissage, mobilisations, étirements, rythme du massage, ...).
- En connaître les bienfaits et savoir les adapter en fonction des besoins du massé (massage à visée californien, suédois ...)
- Apprendre à masser sans fatigue : en respectant des règles posturologiques de confort
- Mesurer l'intérêt du contact, du silence, du regard - qui sont des indicateurs de la disponibilité intérieure
- Intégrer ces dimensions en soi afin de pouvoir les incorporer dans les gestes prodigués
- Développer son ressenti
- Gestion d'une séance (temps, entretien préalable avec le client, contre-indication ...)
- Acquérir le savoir-être et la déontologie du masseur selon le code déontologique de la FFMBE
- Intégrer un protocole de massage générateur de détente et anti stress, d'une partie du corps ou de tout le corps, d'une durée d'1h à 1h30
- Acquérir le savoir-faire technique et développer une écoute permettant la prise en compte des besoins spécifiques de la personne

ANATOMIE, 3 jours – 21h

- Acquérir les bases fondamentales en anatomie, biomécanique, physiologie
- Mise en pratique et repérage anatomique en lien avec le protocole de massage
- Contre-indication

APPROFONDISSEMENT, 6 jours – 42 heures

Module 1

- Approfondir la lecture du corps pour déceler des symptômes en fonction des zones réflexes
- Appréhender la peau comme un organe et comprendre ses multiples fonctions
- Travail sur les fascias
- Rééquilibrage des centres énergétiques
- Développer l'art du contact et la présence à l'autre
- Développer les compétences sensibles (qualités d'être) favorisant la détente physique, mentale et émotionnelle du masseur et du massé
- Donner à l'élève une compréhension du corps vivant

Module 2

- Apprendre à interagir avec le massé pour permettre l'expression du mouvement spontané du corps
- Prendre en compte la respiration du massé
- Intégrer des manœuvres dynamiques et participatives afin de libérer les tensions du dos
- Intégrer les notions de focalisations sensorielles multiples
- Acquérir des manœuvres de somato-thérapie et de fascia-thérapie

Massage AYURVEDIQUE, 3 jours – 21 heures

- Notions théoriques sur les grands principes de l'ayurvéda et la place du massage dans l'ayurvéda
- Apprentissage de la posture et de la respiration pour un travail au sol et sur table pour permettre un massage énergétique
- Maîtriser les techniques de pétrissage, frictions, de pression et d'accu-pression spécifiques de ce massage
- Comprendre l'importance et maîtriser le rythme de ce massage pour permettre le rééquilibrage du corps et des flux qui y circulent
- Être en capacité de pratiquer un massage complet du corps d'une durée de 1h à 1h30

Massage Assis-habillé sur chaise, 4 jours - 28 heures

- **Acquérir les bases (2 jours – 14 h)**
 - Acquérir les bases de l'enracinement, de la posture pour ce massage
 - Connaître les techniques de pression issues de l'énergétique traditionnelle chinoise
- **Perfectionnement (2 jours– 14h)**
 - Développer une écoute permettant la prise en compte des besoins spécifiques de la personne
 - Apprendre un protocole adaptable :
 - Selon les attentes en matière de durée (temps disponible)
 - Générateur de détente et anti-stress
 - Intégrant les différentes parties du corps
 - Mise en situation : savoir créer un espace détente lors d'un évènement, en milieu professionnel, événementiel, ou autre
 - Savoir accueillir le client, l'accompagner durant le massage, et mettre fin à l'échange
 - Savoir gérer son temps

Module POSTURE DU PRATICIEN, 2 jours – 14 heures

- Positionnement du praticien – cadre déontologique - Intégrité
- Être capable d'écoute active et d'empathie. Accueillir et agir avec bienveillance
- Savoir se préparer, physiquement et intérieurement pour une séance de massage

Module Installation, 2 jours – 14 heures

- Positionner sa pratique professionnelle et construire une offre de MBE
- Construire une offre et savoir positionner son offre de massages parmi l'ensemble des techniques de massage.
- Aménager un lieu, accueillir et exercer en conformité avec la réglementation et la déontologie spécifiques au MBE.

Module Certification/ Fin de cycle - 2 jours – 14 heures

- Examen de pratique selon le référentiel FFMBE
- Présentation et soutenance du mémoire

MÉTHODE, OUTILS ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Chaque journée de formation comporte :

- Des exercices corporels préparatoires à la pratique
- Des apports théoriques
- Des mises en pratique

Outils pédagogiques :

- Document pédagogique remis à l'apprenant (e) :
 - livret pour chaque module massage
 - Livre Massothérapie clinique (anatomie et traitement)
- Les apports théoriques sont complétés par
 - Schémas sur paperboard
 - Supports anatomiques : squelette, crâne, planches descriptives
- Interactivité du groupe et avec le formateur
- Mise en pratique directe et corrections par le formateur



Moyens techniques :

- Salle équipée de table et chaises,
- Paperboard,
- Vidéoprojecteur
- Tables et chaise de massage

Modalités pédagogiques :

- En présentiel 32 jours (soit 224 heures)
- 100 heures de pratique personnelle attestées par des fiches d'évaluation complétés par les sujets massés.

MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

- ❖ Positionnement en amont de la formation (grille d'entretien individuel)
- ❖ Evaluation à chaud par les stagiaires à l'issue de chaque module
- ❖ Evaluation à froid en fin de formation (3 mois après la fin du module)
- ❖ Attestation de fin de formation et certificat de réalisation
- ❖ Présentation orale et mémoire écrit de son projet en fin de formation (journée de certification)

Appréciation des résultats :

Évaluation Formative :

- Les stagiaires doivent mettre en œuvre la pratique du massage (des protocoles acquis, des repérages anatomiques). Ils doivent justifier de 100 heures minimum de pratique personnelle (attestées par les fiches d'évaluation des personnes massées)
- Le travail en binôme lors de chaque module contribue également à l'observation par le formateur de l'évolution des acquis et intégration.
- Travaux pratiques et mise en situation lors de chaque week-end massage : le dimanche après-midi est consacré à une évaluation thématique selon l'objectif du module

Évaluation sommative :

- Pratique personnelle : les stagiaires doivent justifier de 100 heures minimum de pratique personnelle (attestées par les fiches d'évaluation des personnes massées)

Lemniscate Processus © - Association loi 1901 Adresse : Le Jardin Intérieur, ZA La Ponche, route d'Avignon, 30320 Marguerittes

N° Siret : 441 230 497 00014 « Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-05469-34, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

la certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : Actions de formation, en septembre 2022 - certificat QUALIOP1 n° FRCM22306
2025-FORMATIONS MASSAGE-programme PMBE - Créé le 10-10-2021 - Mis à jour le 03/08/2024

- Évaluation de fin de formation sous forme de QCM
- Massage supervisé par le formateur
- Remise d'un mémoire par l'élève
- Questionnaire de satisfaction des stagiaires

FORMATEURS

Responsable d'encadrement : François LOUTREL, masseur kinésithérapeute, acupuncteur, ostéopathe, formateur d'enseignant de Tai Chi Chuan et psycho-énergétique chinoise, formateur en massage depuis 1986.

Personne en charge des relations avec les stagiaires : Catherine MAUGUIN (responsable formation MBE cathy@le-jardin-interieur.com / 04 66 26 16 83)

Cursus Détente : Catherine MAUGUIN

Module Anatomie : Maroussia GUIDERDONI

Module Massage Ayurvédique : Patrick JOUBERT

Module Approfondissement Réflexe : François LOUTREL

Module Approfondissement Massage Interactif : François LOUTREL

Module Massage Assis et habillé : Benjamin PLANCHOT

Module Posture du praticien : Benjamin PLANCHOT

Module Installation activité : Lydia BOUZIANE

ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT DE LA FORMATION

- **Nombre maximum de stagiaires** : 14
- **Durée totale de la formation** :
 - 31 jours – 217 h
 - de 9h30/12h30 – 14h30/18h30 ou 14h/18h
- **Rythme** : modules de 2 ou 3 jours (du vendredi au dimanche) répartis sur l'année
- **Mode d'organisation pédagogique** : présentiel
- **Lieux de formation** : Jardin Intérieur, ZA de la Poche, route d'Avignon à Marguerittes 30320 (Nîmes-Est)

DÉLAI D'ACCÈS ET CONDITIONS D'ADMISSION

Les inscriptions à la formation complète de Praticien en Massages Bien-Être se font durant tout le semestre précédent le début de la formation.

Les inscriptions pour les formations "modules à la carte" se font tout au long de l'année au moins 15 jours avant le module choisi.

Le délai entre la demande du bénéficiaire et le début de la prestation dépend de

- la complétude des pièces fournies au dossier d'inscription
- de la disponibilité du bénéficiaire et du responsable de formation ou coordinatrice de formation pour la réalisation de l'entretien préalable à l'inscription (en présentiel, par téléphone ou en vision avec Catherine MAUGUIN, coordinatrice de la formation et formatrice ou François LOUTREL, responsable pédagogique de la formation)
- Les démarches administratives qui découlent d'une demande d'aide au financement

Dans le cadre d'une demande d'aide au financement, le délai sera dépendant des délais de dépôt de dossier et des dates des commissions des organismes financeurs.

Dans le cadre d'un financement personnel, la prestation se réalise aux dates choisies selon le nombre de places disponibles.

ACCESSIBILITÉ

Prenez soin de signaler lors du montage de votre dossier d'inscription les indications de votre santé que vous jugez utiles. Si vous êtes en situation de handicap ou de difficultés d'apprentissage, merci de contacter Lucie CALMEJANE, coordinatrice du centre de formation et référente handicap au 06 48 35 35 47; Elle analysera vos besoins et nous envisagerons avec l'équipe pédagogique les aménagements nécessaires. En cas d'incapacité de notre structure à vous accueillir, nous vous orienterons vers une structure adaptée.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite et disposent de sanitaires aux normes.

TARIFS ET MODALITÉS DE PAIEMENT

Coût pédagogique forfaitaire avec financement professionnel : 5 320€

Coût pédagogique forfaitaire avec financement personnel : -25%, soit 3990€

Complément obligatoire pour les stagiaires Praticien en Massage Bien-Etre : Adhésion Stagiaire à la FFMBE : 15€)

Paiement en 1 fois, 3 fois par le règlement en ligne ou par chèques bancaires

Paiement suivant un échelonnement de paiement (mensualités) par le règlement en ligne.

TARIFS MODULES A LA CARTE

Modules	Tarif perso	Tarif Pro *
Module Découverte Massage Détente (14h / WE)	220 € Les 2 jours	300 € Les 2 jours
Massage Bien-être-Détente (10 jours)	1330 € Les 10 jours	1700 € Les 10 jours
Module Approfondissement (3 jours– 21h)	399€ Les 3 jours	525€ Les 3 jours
Module Découverte Shiatsu (3 jours– 21h)	399€ Les 3 jours	525€ Les 3 jours
Module Ayurvédique (3 jours– 21h)	399€ Les 3 jours	525€ Les 3 jours
Module Assis-Habillé (4 jours – 28h) (Certification en sus)	532€ Les 4 jours	700€ Les 4 jours
Modules Enseignements fondamentaux		
Anatomie pour le massage (3 jours-21h)	399€	525€
Positionnement/centrage praticien (2 jours-14h)	270€	350€
Cadre/Installation praticien MBE (2 jours-14h)	270€	
Supervision (1 jour – 6h)	140€	180€
Certification (2 jours – 14h)	360€	500€

une réduction 10% est effectuée pour toute personne ayant déjà suivi un module (hors Découverte) dans l'année civile en cours

*Tarif si prise en charge financement OPCA (hors frais dossier+FEDE)

(Nos formations sont maintenues pour un minimum de 6 inscrits – **Tarif valable jusqu'au 31/12/2025**)