Véronique ESPEISSE SERVILLE - MA FORMATION ZEN
Enregistrée sous le n° 76300412830 - Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État
18, Rue de la Camargue – 30 230 BOUILLARGUES
Siret : 499 975 829 00023 – APE 96099Z
Tél : 07 68 14 38 64 – Email : contact@maformationzen.fr

FORMATION ANATOMIE PALPATOIRE SIMPLIFIÉE POUR LA PRATIQUE DU MASSAGE

Niveau de difficulté : **1** 2 3 4 5

Module	En groupe
Durée de la formation	14 heures sur 2 journées
Tarif de la formation	330 € en financement personnel. 570 € avec prise en charge (Opco - Pôle Emploi, etc.).

« LA BASE ! UN RÉEL ATOUT »

La pratique du massage bien-être requiert des aptitudes spécifiques relationnelles telles que la faculté d'adaptation, de flexibilité et d'écoute mais surtout une **bonne connaissance du corps humain**.

Masser n'est pas un acte anodin ! La personne massée confie ce qu'elle a de plus cher : elle-même !

Il est donc **indispensable**, pour un vrai professionnel, de connaître les principaux os, articulations, muscles et organes… de savoir les repérer, les identifier et de ressentir, par le toucher et les gestes du massage bien-être, l'anatomie de surface ou l'anatomie un peu plus profonde !

Cette formation permettra aux praticiens et aux futurs praticiens en massage de bien-être d'avoir une bonne approche du fonctionnement du corps humain qui sera appréhendé de l'intérieur vers l'extérieur de celui-ci.

Après avoir effectué une approche théorique et succincte sur la physiologie et la création du corps humain, son organisation, les différents niveaux, systèmes et tissus dont il se compose, cette formation ciblera ce qui intéresse les praticiens en massage de bien-être, à savoir l'**anatomie**.

- ✓ les principaux os et les articulations composant notre squelette,
- ✓ les organes de la zone abdominale,
- ✓ les principaux muscles,
- ✓ la peau et ses annexes,
- ✓ les influences du massage de bien-être sur le corps humain.

Afin d'explorer cette magnifique machine qu'est le corps humain, le système musculaire sera développé par des travaux pratiques de repérage, d'identification des os, d'identification et de palpation des muscles pour bien les ressentir dans leur intégralité et il en sera ainsi pour les organes accessibles de la zone abdominale.

Ces nouvelles connaissances renforceront la précision de votre gestuelle sur les différentes zones massées, la qualité de votre massage et, de plus, rassurera la personne massée.

La validation de ce module passera, de manière ludique, par ½ heure de pratique en repérage et en identification des muscles, os et organes suivie par ½ heure de Quiz sur les notions reçues au cours de cette formation !

De solides fondations

Véronique ESPEISSE SERVILLE - MA FORMATION ZEN
Enregistrée sous le n° 76300412830 - Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État
18, Rue de la Camargue – 30 230 BOUILLARGUES
Siret : 499 975 829 00023 – APE 96099Z
Tél : 07 68 14 38 64 – Email : contact@maformationzen.fr

Rappel important : Le terme « massage », ici utilisé, désigne des manœuvres de bien-être n'ayant aucune visée thérapeutique. Le massage de bien-être ne relève ni du champ de l'esthétique, ni du champ du massage thérapeutique tels que définis par le Code de la Santé Publique. Comme son nom l'indique, il cible le relâchement, la détente et la relaxation physique et psychique. Il ne se substitue, en aucun cas, à la pratique de la masso-kinésithérapie ou de l'Ostéopathie.

Délais d'accès
2 jours à compter de la réception de votre contrat d'inscription et du règlement de l'acompte sauf si la session est complète entre temps.

Objectifs
- Démontrer la bonne acquisition des notions théoriques contenues dans la présentation théorique,
- Savoir repérer, identifier et palper les muscles, les os et les organes accessibles.

Prérequis
Savoir lire, écrire, parler et comprendre la langue française.

Public concerné
Tout public.

Durée de formation
14 heures sur 2 jours - 7 heures de formation par jour.

Horaires de formation
Accueil de 8 : 30 à 8 : 45.
Formation de 9 : 00 à 17 : 00 avec une coupure de 1 : 00 pour déjeuner.
Les horaires pourront être légèrement modifiés selon l'avancement de la pratique en groupe.
Des temps de pauses seront observés au cours du programme.

Lieu de formation
18, Rue de la Camargue - 30 230 - BOUILLARGUES

Nombre de participant
En groupe : de 2 à 8 stagiaires afin de prendre le temps de suivre chacun d'entre vous.

Accessibilité handicap
S'il existe un besoin de compensation handicap, merci de nous contacter afin de trouver, ensemble, une solution adaptée.

Encadrement
L'équipe de « Ma Formation Zen » vous guidera, vous conseillera et vous corrigera dans l'acquisition de vos nouvelles compétences et ce, tout le long de la session de formation.

Pédagogie
Nos formations en présentiel sont basées sur une méthode active, participative et ludique afin de vous rendre acteur et actrice de votre apprentissage.

La partie théorique est axée par un visionnage d'une présentation ciblant l'**Anatomie palpatoire simplifiée pour la pratique du massage**.

La partie Pratique est constituée de l'apprentissage de repérage, d'identification et de palpation des muscles, os et organes accessibles.

Un support pédagogique détaillé (version papier) et ses annexes seront remis à chacun des stagiaires.

Évaluation
Après cet apprentissage expérientiel, les deux fractions Théorique et Pratique seront évaluées par un Quiz pour vérifier la bonne intégration des informations reçues au cours de la formation ainsi que par une section de repérage, identification et palpation des muscles, os et organes accessibles effectuée sur un(e) binôme.

Véronique ESPEISSE SERVILLE - MA FORMATION ZEN
Enregistrée sous le n° 76300412830 - Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État
18, Rue de la Camargue – 30 230 BOUILLARGUES
Siret : 499 975 829 00023 – APE 96099Z
Tél : 07 68 14 38 64 – Email : contact@maformationzen.fr

Validation
La validation est réputée acquise la note de 14 sur 20 points à la partie pratique.
Une attestation de formation sera remise au stagiaire ayant validé l'acquisition des compétences.
En cas de non-validation, une date ultérieure de validation sera planifiée pour laisser un temps supplémentaire de pratique personnelle au stagiaire.

Votre avis compte
Afin d'améliorer la qualité de nos prestations de formation, un questionnaire à chaud sera à remplir à la fin de la session de formation.

Suivi post formation
Il est nécessaire de connaître vos ressentis et l'aisance acquise dans votre pratique personnelle.
Un questionnaire à froid vous sera donc mailé dans les 60 jours suivant votre formation et nous vous remercions de prendre le temps d'y répondre.
Durant cette période, l'équipe de « Ma Formation Zen » est à votre écoute pour vous accompagner dans votre pratique et répondre à vos questions.
Une séance de révision peut-être programmée si nécessaire.

Matériel à disposition
Tout le matériel nécessaire au bon déroulement de l'apprentissage (Tableau, planches anatomiques, squelette, organes et cerveau, livres, etc.) est mis à la disposition des stagiaires durant le temps de la formation.
Vous n'avez aucun matériel à apporter.

Nécessaire à amener
- Tenue légère et confortable pour être à l'aise (style sport),
- Chaussons ou chaussettes,
- Repas froid ou chaud (micro-ondes) et votre bouteille d'eau,
- Par mesure d'hygiène, le port du masque est obligatoire pour le toucher de la zone haut thorax et du visage mais votre sourire reste de rigueur ☺

Conseillé :
- Avoir des ongles courts.
- Avoir un « chouchou » ou une barrette pour attacher les cheveux longs.
- Ne pas être trop maquillé(e).

Contre-indications pour les stagiaires :

Pendant la formation, chaque stagiaire va masser une personne et être massé à son tour.
Comme tout sujet désirant se faire masser, il est important de ne pas souffrir de pathologies importantes et pour garantir votre sécurité, vous devrez nous informer de toute pathologie connue par vous-même.
Les formations utilisant des huiles essentielles ne sont pas ouvertes aux personnes enceintes (ou en suspicion de grossesse) ni aux mamans en période d'allaitement.

En cas de doute et avant de vous inscrire, si vous répondez à une des pathologies suivantes, nous vous invitons à demander un avis médical et/ou une autorisation médicale à votre médecin traitant afin d'avoir l'assurance de pouvoir participer à cette formation.
Grossesse ou suspicion de grossesse - être en période d'allaitement - problèmes cardiaque importants - cancer, tumeur, ou être en cours de traitement (chimio ou rayons) - douleurs dorsales importantes - hernie discale - blessures ligamentaires ou musculaires - maladies inflammatoires - douleurs abdominales - nausées - plaies ou cicatrices récentes - avoir été opéré depuis - de 6 mois - affections cutanées contagieuses - forte fièvre depuis 24 heures - infections bactériennes ou virales - Covid-19 ou VIH.

L'équipe de « Ma Formation Zen » ne saurait être tenue responsable de quelconques complications médicales pouvant survenir durant ou à l'issue de la formation.

Véronique ESPEISSE SERVILLE - **MA FORMATION ZEN**
Enregistrée sous le n° 76300412830 - Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État
18, Rue de la Camargue – 30 230 BOUILLARGUES
Siret : 499 975 829 00023 – APE 96099Z
Tél : 07 68 14 38 64 – Email : contact@maformationzen.fr

Déroulement et Programme de la formation

Ces horaires pourront être légèrement modifiés selon votre avancement.

RÉCEPTION - De 8 h 30 à 9 h 15 du jour 1.

- ☑ Accueil des stagiaires
- ☑ Partie administrative
- ☑ Présentation et collation de bienvenue.

PARTIE THÉORIE - De 9 h 15 à 10 h 30 du jour 1.

- ☑ Présentation de l'**anatomie palpatoire simplifiée pour la pratique du massage**,
- ☑ Vue succincte de la physiologie : création du corps humain (cellules et bactéries), son organisation (niveaux et systèmes) son fonctionnement, son métabolisme, ses éléments, ses tissus).

PARTIE PRATIQUE - De 10 h 40 du Jour 1 à 13 h 00 du Jour 2.

- ☑ Approche approfondie du squelette, des os, des articulations, des mouvements,
- ☑ Approche approfondie du système musculaire, des organes accessibles.
- ☑ Approche succincte du système tégumentaire et de ses annexes.
- ☑ Corrections par l'équipe de « Ma Formation Zen ».

VALIDATION - De 14 h 00 à 16 h 30 du jour 2.

- ☑ Repérage, identification et palpation des muscles, os et organes accessibles en binôme,
- ☑ Quiz pour vérifier la bonne intégration des notions reçues au cours de la formation.

AUTRE - De 16 h 40 à 17 h 00

- ☑ Feedback sur la session de formation,
- ☑ Remise des attestations de formation aux stagiaires ayant validé l'acquisition des compétences,
- ☑ Remplissage du questionnaire à froid.

Afin de garantir la qualité de notre enseignement, les formations sont effectuées en petit groupe et les places en sont limitées.
Nous vous invitons à nous contacter afin de vous assurer qu'il reste des places disponibles sur les dates proposées.
Pour tout renseignement, question ou élément complémentaire, vous pouvez nous contacter par mail ou par téléphone.

Au plaisir de vous recevoir ☺

Votre formatrice
Véronique ESPEISSE SERVILLE