

PROGRAMME

INTITULE DE LA FORMATION : MASSAGE CRÂNIEN BIEN ÊTRE

Methode 1 : Shirodhara

OBJECTIFS OPERATIONNELS :

A l'issue de la formation, les apprenants seront capables de :

- Identifier l'anatomie de la boîte crânienne et du squelette
- Identifier les méridiens du corps, les points neuro vasculaires et la cartographie des points reflexes de Bennett
- Préparer le massé et son environnement
- Maîtriser les techniques du massage Shirodhara
- Décrypter les différentes zones et les massages se rapportant à chaque zone
- Comprendre les bienfaits physiques et énergétiques du massage Shirodhara sur chacune de ces zones.

PRE – REQUIS : Aucun

PUBLIC VISÉ : Coiffeurs(euses) - Esthéticiens(iennes)

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- Matériel et équipement : Mise à disposition d'un siège de massage en position assise.
- Ressources pédagogiques : remise d'un dossier pédagogique détaillé et remise d'une tête en polystyrène

METHODE PEDAGOGIQUE : Schématisations des points anatomiques, veineux et musculaires étape par étape sur tête en polystyrène et démonstration des mouvements de massage sur modèle.

CONTENU DU PROGRAMME :

Jour 1 Matin

- ✓ Accueil des stagiaires en formation
- ✓ Comprendre les racines du massage Shirodhara.
- ✓ Appréhender les buts et bienfaits du massage.
- ✓ Préparer son environnement ainsi que le donneur et receveur avant le service massage pour bien masser.
- ✓ Maîtriser les techniques de massage : Précautions à prendre – Points sensibles et contres indications.
- ✓ Déroulement d'une séance - Installation du massé – Outils et matériels.
- ✓ Anatomie du crâne – Le système osseux – Les muscles – Les méridiens – Les points neuro vasculaires et la cartographie des points reflexes de Bennett
- ✓ Déroulement d'une séance avant/pendant/après le massage.

Jour 1 : Ap-midi

- ✓ Découvrir les différentes zones de massage, ainsi que les bienfaits physiques et énergétiques.
- ✓ Chaque apprenant sera modèle à un autre apprenant pour ressentir chaque étape d'une séance de massage Shirodhara.
- ✓ Synthèse de la séance et Aide-mémoire.

MODALITES D'EVALUATION : Évaluation de chaque objectif opérationnel par des exercices pratiques sur modèles.

MODALITES D'ORGANISATION :

Dates : lundis 22/01 – 27/05

Durée : 1 jour soit 7 heures en Présentiel

Horaires : de 9H à 13H et de 14H à 17H

Tarif : 310.00€ ht soit 44.29 € ht/heure

Lieu : 120, rue Victor Hugo 59500 DOUAI

Nous mettons en œuvre les moyens pour adapter la pédagogie aux spécificités des publics en situation de handicap.

Contact référent handicap : Francine LADRIERE.