

SAVOIR MASSER

FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Programme pédagogique



Atelier Massage conté

Module 1 : Initiation au massage conté

Séquence 1 : Les bases fondamentales du massage

Séance 1 : introduction – Accueil (10 mn)

Présentation de la formatrice

Présentation du déroulement de l'atelier

Séance 2 : Présentation des bases fondamentales du massage (20 mn)

Bienfaits et vertus du massage

Contre-indications

Les règles de respect et d'intimité

Séance 3 : Introduction au massage (20 mn)

Apprendre à accueillir et présenter le massage au receveur

Préparation de la table de massage

Les bonnes postures et positions en massage

L'échauffement du corps avant de masser

Séquence 2 : Découverte du massage huilé et du conte (01h00)

Pour chaque manœuvre de massage :

Démonstration par la formatrice et pratique supervisée par le participant sur son modèle

Déroulement de l'ensemble du protocole de massage et du conte associé

Séquence 3 : Conclusion (10 mn)

Echange sur l'atelier découverte, questions / réponses

Transmission du livre "Nattie la licorne" offert lors cet atelier

Envoi par mail du protocole en version PDF et des coloriages

Fin de l'atelier