



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MESSAGES BIEN-ETRE

Programme pédagogique Massage Bras et Mains

Présentation synthétique

Formation en massage bras et mains

Catégorie d'action : action de formation concourant au développement des compétences
Parcours pédagogique permettant d'atteindre un objectif professionnel

Modalités de formation

Format : Présentiel

Durée et horaires :

Formations collectives

14h, 7 heures par jour durant 2 jours

Du mardi au samedi de 09h à 17h (pause déjeuner de 01h00)

Pour connaître les prochaines dates et formations, consulter **notre agenda des formations** sur le site

<https://www.savoirmasser.com>

Formations individuelles

7,5 heures réparties en 4 modules

Du mardi au vendredi de 09h à 12h30 et de 14h à 19h00

Le samedi de 09h00 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

Pour réserver vos modules de formation, consulter **notre système de réservation en ligne** sur le site

<https://www.savoirmasser.com>

Tarifs :

330 € NET DE TVA par stagiaire en formation collective

545 € NET DE TVA par stagiaire en formation individuelle

Contact :

Adélaïde Coquet, responsable de la formation au 07 80 97 31 07

VE-THAM – SAVOIRMASSER

19 A allée des coquelicots 01170 CESSY – Siret n° 851 648 816 00011 - organisme n° 84010249801

Tél : +33 7.80.97.31.07 – Email : contactve-tham@savoirmasser.com

www.savoirmasser.com



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Modalités d'accès :

Lieu de formation : 19 A allée des coquelicots, 01170 Cessy

Délais d'accès :

Validation définitive de la formation dans un délai de **10 jours postérieure à la signature de la convention ou contrat de formation. (Respect du délai de rétractation du client particulier)**

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

La formation est accessible, dans la mesure du possible, aux personnes en situation de handicap.

Chaque situation est à examiner au cas par cas. Un diagnostic de faisabilité de votre intégration dans la formation en fonction de votre degré de handicap peut être effectué avec l'aide de notre partenaire, l'AGEFIPH ([Agefiph | Association aide à l'emploi personnes en situation de handicap](#)) .

Adressez-vous à votre formatrice, Adélaïde, qui prendra directement rendez-vous au besoin avec une personne compétente de notre service partenaire Agefiph :

contactve-tham@savoirmasser.com / 07 80 97 31 07

Selon la nature de votre handicap, le référent déterminera les conditions d'accessibilité à la formation et l'adaptation des moyens de la prestation dont l'accessibilité des ressources et/ou la présence de supports spécifiques. Le référent pourra également vous orienter vers un partenaire capable de proposer une ingénierie de formation compatible avec la nature de votre handicap.

Public et prérequis

Public : Tout public adulte et en bonne santé peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes. Professionnels de l'esthétique, du secteur du bien-être, du secteur paramédical ou médical, du secteur des pratiques complémentaires de santé, toute personne en reconversion ...
(liste non exhaustive)

Formation collective : Groupe de **4 personnes maximum**

Formation individuelle : **Seul (e)** accompagné (é) d'un modèle

Prérequis : Comprendre et parler le français. Faire partie du public visé.

Validation des prérequis : Les prérequis sont validés par un entretien téléphonique préalable à la formation entre le stagiaire et la formatrice.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Objectif(s) de formation

À l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

Connaitre et maîtriser un protocole complet du **massage bras et mains** de 30 minutes, respecter les règles d'hygiène du lieu, du matériel et du praticien, respecter les règles de sécurité pour le client et pour soi-même, préparer la salle et le matériel (température, hauteur table, linge, musique...), accueillir le client, lui présenter le massage, ses bienfaits et ses contre-indications, lui demander ses attentes (rythme, puissance, zones à éviter ou sur lesquelles insister), lui présenter le déroulement de la séance, l'installer confortablement et en sécurité sur la table, exécuter un draping qui protège l'intimité du client, utiliser la bonne quantité d'huile, pratiquer correctement les gestes spécifiques du massage (lissages, pétrissages, pressions glissées, frictions, circulaires, harmonisations, étirements, acupression), se positionner de sorte à protéger son dos et ses épaules, se balancer pour une bonne fluidité et une pression idéale, adopter une juste distance, adapter le rythme de la séance et le degré de pression pour chaque client, conclure la séance, proposer un prochain rendez-vous.

Objectif(s) pédagogiques

A l'issue du module 1, le stagiaire aura reçu toutes les informations nécessaires au bon déroulement de la formation et précisé ses attentes et besoins professionnels à l'issue de cette formation. Il sera capable de comprendre l'envergure du massage dans sa globalité, d'énoncer les bienfaits et contre-indications du massage à son client. Le stagiaire sera capable d'adopter les bonnes postures de massage et aura compris le principe d'un échauffement du corps efficace.

A l'issue du module 2, le stagiaire sera capable de pratiquer les manœuvres des catégories 1 à 5.

A l'issue du module 3, le stagiaire sera capable de pratiquer les manœuvres des catégories 6 et 7.

A l'issue du module 4, le stagiaire sera capable de concevoir un protocole de massage correspondant aux besoins du receveur, grâce à toutes les catégories de manœuvres apprises.

A l'issue du module 5, le stagiaire sera capable de pratiquer un protocole de massage correspondant aux besoins du receveur, grâce à toutes les catégories de manœuvres apprises.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes pédagogiques

- Méthode expositive
- Méthode interrogative

Moyens pédagogiques :

- Exposé théorique oral des éléments essentiels à la pratique professionnelle (hygiène, sécurité, présentation au client...)
- Exposé théorique oral des bienfaits du massage, contre-indications, vigilance.
- Participation des stagiaires par la méthode interrogative.

Méthodes pédagogiques

- Méthode active
- Méthode démonstrative

Moyens pédagogiques :

Pratique supervisée en binôme : après la démonstration, les stagiaires pratiquent la séquence technique démontrée, l'un sur l'autre. La formatrice corrige les postures et gestes des stagiaires pendant leur pratique et répond aux questions.

En fin de journée, les stagiaires réalisent une révision : chacun pratique toutes les séquences techniques travaillées.

Le 2ème jour, la journée continue en alternant démonstrations et pratique supervisée de la suite du protocole de massage. Après la finalisation des dernières techniques à apprendre, les stagiaires réalisent un massage bras et mains de 30 minutes sous supervision de la formatrice.

Ressources pédagogiques

- **Support de cours :**
 - Protocole détaillé avec photos, et explications pour chaque manœuvre.
 - Vidéo pédagogique
- **Modèles de documents contractuels (convention, contrat etc.)**
- **Modèle de programme de formation**
- **Une méthode de travail spécifique à l'apprentissage du massage est donnée aux stagiaires (intégration mémoire par mime, rédaction de fiches techniques).**



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Moyens techniques

- Ordinateur, Vidéoprojecteur et/ou Paperboard pour la méthode expositive
- Tables de massage réglables, huile de massage fournies.

La formatrice

Adélaïde COQUET, titulaire d'un BTS "Sciences et Techniques de Laboratoire", ayant 18 ans d'expérience dans le milieu pharmaceutique, dont la transmission de formations. Fondatrice du cabinet bien-être Ve-tham en 2019, praticienne en massages bien-être agréée de la FFMBE (Fédération Française des Massages Bien-Etre), elle exerce depuis 2019 en tant que professionnelle et depuis 2022 en tant que formatrice en massage bien-être. De nombreux massages traditionnels ont été acquis au cours de son parcours professionnel : Massage aux pierres chaudes, massage sportif, massage ayurvédique, massage californien, massage hawaïen, réflexologie plantaire thaïlandaise, massage crânio-facial, Deep Tissue, massage femmes enceintes.

Accompagnement et suivi du stagiaire

La formatrice prévoit systématiquement des temps d'accompagnement individuels pour faciliter la progression de chaque stagiaire.

Dispositif d'évaluation en début de formation

Test de positionnement

Dispositif d'évaluation pendant la formation

La supervision de chaque stagiaire par la formatrice est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

Dispositifs d'évaluation à la fin et après la formation

Modalités d'évaluation des acquis :

Le dernier jour, le stagiaire donne une séance complète du protocole enseigné. Cette séance est supervisée et évaluée selon plusieurs critères dont il a connaissance dès le début de la formation. Si le stagiaire obtient la moyenne ou plus, il reçoit un certificat de formation en massage bras et mains (ce certificat n'a pas valeur de diplôme d'Etat). S'il n'obtient pas la moyenne, il a la possibilité de retravailler sa pratique, de suivre éventuellement un cours de perfectionnement individuel et de repasser la validation quand il se sentira prêt (tarif transmis au stagiaire lors de sa demande de perfectionnement)



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MESSAGES BIEN-ETRE

Modalités d'évaluation de satisfaction :

Questionnaire de satisfaction à chaud (fin de formation) et à froid (3 mois à la suite de la formation)

Sanction(s) de la formation

Attestation de formation, Certificat de réalisation

Justificatifs de réalisation et d'assiduité

Signature d'une feuille d'émargement par la formatrice et le stagiaire par demi-journée et/ou par séquence de formation, production du protocole de massage dans son intégralité avec évaluation et corrections de la formatrice.

Engagement de SAVOIRMASSER - VE-THAM :

Donner la prestation définie dans cette annexe. Être à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.

Itinéraire pédagogique

NB : durant ces 2 journées, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

Formation collective

JOUR 1

Module 1 : Apprentissage des bases fondamentales du massage

(09h00 – 11h30)

Séquence 1 : introduction – Accueil des participants

Durée : 01h00

Séance 1 : Présentation de la formation et de son organisation

Séance 2 : Présentation de la formatrice

Séance 3 : Présentation du déroulement du stage

Séance 4 : Présentation des documents légaux, des supports et de l'évaluation finale

Séance 5 : Présentation des stagiaires et test de positionnement des stagiaires

Cas pratique : Grille des compétences et objectifs



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura toutes les informations nécessaires au bon déroulement de la formation et précisé ses attentes et besoins professionnels à l'issue de cette formation.

Séquence 2 : Présentation théorique des manœuvres du massage bras et mains

Durée : 01h00

Séance 1 : Bienfaits et vertus du massage

Séance 2 : Compréhension de la réalisation d'un protocole de massage bras – mains – présentation des différentes catégories de techniques étudiées et leurs fonctions

Séance 3 : Les règles de base pour établir et réaliser un bon protocole

Séance 4 : Apprendre à présenter le massage à son client

Cas pratique : Jeu de rôles

Séance 5 : Règles d'hygiène et de sécurité (contre-indications)

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable de comprendre l'envergure du massage dans sa globalité, d'énoncer les bienfaits et contre-indications du massage à son client.

Séquence 3 : Présentation des postures et échauffement du corps

Durée : 00h30

Séance 1: Présentation des différentes postures nécessaires à la bonne réalisation du massage

Séance 2: Réalisation d'une pratique d'échauffement du corps et de concentration du masseur avant réalisation d'un massage

Cas pratique : échauffement

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable d'adopter les bonnes postures de massage et aura compris le principe d'un échauffement du corps efficace.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Module 2 : Massage bras et mains– Manœuvres des catégorie 1 à 5 (11h30 à 13h00 – 14h00 à 17h00)

Séquence 1 : Massage bras et mains – Manœuvres des catégories 1 (harmonisation) et 2 (détente et relaxation)

Durée : 01h30

Séance 1: Présentation par la formatrice des différents muscles du buste – bras – avant-bras et mains sur un stagiaire

Séance 2: Démonstration par la formatrice des manœuvres des catégories 1 et 2 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 1

Séance 3: Présentation par la formatrice des différents muscles du buste – bras – avant-bras et mains sur un autre stagiaire

Séance 4: Démonstration par la formatrice des manœuvres des catégories 1 et 2 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires -groupe 2

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu prendre connaissance des différents muscles du buste – bras – avant-bras et mains travaillés en massage. Il aura pu observer et pratiquer les manœuvres des catégories 1 et 2 et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Pause déjeuner de 13h00 à 14h00

Séquence 2 : Massage bras et mains – Manœuvres des catégories 3 (chauffe musculaire) et 4 (travail musculaire)

Durée : 01h30

Séance 1: Démonstration par la formatrice des manœuvres des catégories 3 et 4 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 1

Séance 2: Démonstration par la formatrice des manœuvres des catégories 3 et 4 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 2

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura observé et pratiqué les manœuvres des catégories 3 et 4 et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Séquence 3 : Massage bras et mains – Manœuvres de la catégorie 5 (Mobilisation des articulations)

Durée : 01h00

Séance 1: Démonstration par la formatrice des manœuvres de la catégorie 5 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 1

Séance 2: Démonstration par la formatrice des manœuvres de la catégorie 5 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 2

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura observé et pratiqué les manœuvres de la catégorie 5 et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Séquence 4 : Conclusion Jour 1

Durée : 0h30

Séance 1: réalisation d'un mime pour l'aide à la mémorisation et bonne gestuelle des manœuvres apprises dans la journée

Cas pratique : Révision des manœuvres par la technique du mime

Séance 2: conclusion par un tour de table de la journée

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu aborder une technique de mémorisation de protocole de massage (le mime) et posé les questions nécessaires à la bonne compréhension des techniques étudiées dans la journée.

Fin de journée

JOUR 2

Module 3 : Massage bras et mains – Manœuvres des catégorie 6 et 7 (09h00 – 12h30)

Séquence 1 : Introduction à la journée – Accueil des participants

Durée : 01h00

Séance 1 : Vérification des acquis de la veille

Cas pratique : tour de table

Séance 2 : Présentation du déroulement de la journée

Séance 3 : **Echauffement du corps** et concentration



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu vérifier ses acquis des modules 1 à 5 et posé les questions nécessaires à sa bonne compréhension. Il aura également révisé la technique d'échauffement du corps avant massage.

Séquence 2 : Révision des manœuvres demandées par les stagiaires

Durée : 01h00

Séance 1 : Démonstration par la formatrice des manœuvres à revoir et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires, groupe 1

Séance 2 : Démonstration par la formatrice des manœuvres à revoir et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires, groupe 2

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura revu et pratiqué **une seconde fois** quelques manœuvres des catégories 1 à 5 nécessaires à sa bonne compréhension et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Séquence 3 : Massage bras et mains – Manœuvres des catégories 6 (travail revitalisant) et 7 (anti-stress)

Durée : 01h30

Séance 1: Démonstration par la formatrice des manœuvres des catégories 6 et 7 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 1

Séance 2: Démonstration par la formatrice des manœuvres des catégories 6 et 7 et **pratique** supervisée en binôme par les stagiaires - groupe 2

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura réalisé la totalité des manœuvres du protocole et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Pause déjeuner de 12h30 à 13h30



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Module 4 : Révisions des manœuvres des catégories 1 à 7 – préparation à l'évaluation (13h30 – 14h45)

Séquence 1 : Révision des manœuvres nécessaires

Durée : 00h45

Séance 1 : **Pratique** supervisée en binôme par les stagiaires, des manœuvres à revoir sur l'ensemble du protocole - groupe 1

Séance 2 : **Pratique** supervisée en binôme par les stagiaires, des manœuvres à revoir sur l'ensemble du protocole - groupe 2

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura révisé l'ensemble des manœuvres du protocole nécessaires à sa bonne compréhension et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Séquence 2 : Constitution des binômes de l'évaluation et réalisation de son propre protocole de massage selon les indications du receveur

Durée : 00h30

Séance 1 : Rappel et précisions par la formatrice de la constitution d'un protocole

Séance 2 : Création des binômes et échange sur les besoins de chacun

Séance 3 : **Cas pratique – Concevoir par écrit un protocole** de massage de 30 mn correspondant aux besoins du receveur à partir des manœuvres apprises – catégories 1 à 7

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu concevoir le déroulé de son protocole de massage et des manœuvres nécessaires aux besoins du receveur

Pause avant évaluations



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Module 5 : Evaluation sur le protocole de massage bras et mains

(15h00– 17h00)

Séquence 1 : Evaluation – Groupe 1

Durée : 00h30

Pratique du massage bras et mains en fonction du protocole établi, groupe 1
Evaluation par la formatrice

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable de pratiquer un massage bras et mains en rapport avec les besoins de son receveur et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Pause entre les 2 évaluations

Séquence 2 : Evaluation – Groupe 2

Durée : 00h30

Pratique du massage bras et mains en fonction du protocole établi, groupe 2
Evaluation par la formatrice

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable de pratiquer un massage bras et mains en rapport avec les besoins de son receveur et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.

Séquence 3 : Conclusion de la formation

Durée : 00h45

Séance 1 : Nettoyage et désinfection du matériel de massage utilisé

Séance 2: Débriefing de la formation, questions / réponses

Séance 3 : Revue des objectifs de départ et mise en place d'un plan d'action pour chaque stagiaire en rapport avec ses connaissances et compétences assimilées durant le stage.

Séance 4 : Questionnaire de satisfaction

Séance 5 : Validation des justificatifs de formation et remise des certificats si la moyenne a été atteinte (discussion sur un cours de perfectionnement et évaluation de rattrapage en cas de non atteinte de la moyenne)



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura reçu toutes les informations nécessaires pour établir un plan d'action afin d'améliorer sa pratique – et aura reçu la totalité des outils pédagogiques nécessaires à son accompagnement à la suite de la formation.

Fin de formation

Formations individuelles

Les informations de l'itinéraire pédagogique sont précisées en se rendant sur les modules de formation individuelle de massage sur le site www.savoirmasser.com à la page :

[Inscription aux formations individuelles – filtre : Massage bras et mains](#)

Parcours pédagogique

NB : durant la totalité du cursus de formation, la supervision du stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

Module 1 : Apprentissage des bases fondamentales du massage – bras et mains (02h00)

Séquence 1 : Introduction – Accueil

Durée : 00h20

Séance 1 : Présentation de la formation et de son organisation

Séance 2 : Présentation de la formatrice

Séance 3 : Présentation du déroulement du stage

Séance 4 : Présentation des documents légaux, des supports et de l'évaluation finale

Séance 5 : Présentation du stagiaire et test de positionnement

Cas pratique : Grille des compétences et objectifs

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura reçu toutes les informations nécessaires au bon déroulement de la formation et précisé ses attentes et besoins professionnels à l'issue de cette formation.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Séquence 2 : Présentation théorique des manœuvres du massage bras et mains

Durée : 00h30

Séance 1 : Bienfaits et vertus du massage

Séance 2 : Compréhension de la réalisation d'un protocole de massage bras et mains – présentation des différentes catégories de techniques étudiées et leurs fonctions

Séance 3 : Les règles de base pour établir et réaliser un bon protocole

Séance 4 : Apprendre à présenter le massage à son client

Séance 5 : Règles d'hygiène et de sécurité (contre-indications)

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable d'énoncer les bienfaits et contre-indications du massage à son client, de comprendre l'envergure du massage dans sa globalité.

Séquence 3 : Présentation des postures et échauffement du corps

Durée : 00h15

Séance 1: Présentation des différentes postures nécessaires à la bonne réalisation du massage

Séance 2: Réalisation d'une pratique d'échauffement du corps et de concentration du masseur avant réalisation d'un massage

Cas pratique : échauffement

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable d'adopter les bonnes postures de massage et aura compris le principe d'un échauffement du corps efficace.

Séquence 4 : Massage bras et mains – Manœuvres des catégorie 1 et 2

Durée : 00h45

Séance 1:Présentation par la formatrice des différents muscles du buste – bras – avant-bras et main sur le modèle

Séance 2:Démonstration par la formatrice et **pratique** supervisée par le stagiaire sur son modèle

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura réalisé les manœuvres des catégories 1 et 2 et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Séquence 5 : Conclusion Module 1

Durée : 00h10

Séance 1: Partage sur la compréhension du massage et les connaissances apprises et réalisation d'une technique de mémorisation d'un protocole : le mime

Séance 2: Conclusion et échanges – transmission des supports pédagogiques en lien avec le module appris

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu aborder une technique de mémorisation et poser les questions nécessaires à la bonne compréhension des techniques étudiées dans la journée.

Module 2 : Apprentissage massage bras et mains – catégories 3 à 5 (02h00)

Séquence 1 : introduction– Accueil

Durée : 00h15

Séance 1 : Vérification des acquis du module 1 par la technique du mime

Séance 2 : Présentation du déroulement du module 2

Séance 3: Echauffement du corps et concentration

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu vérifier ses acquis du module 1 et posé les questions nécessaires à sa bonne compréhension. Il aura également révisé la technique d'échauffement du corps avant massage.

Séquence 2 : Massage bras et mains – catégories 3 à 5

Durée : 01h35

Démonstration par la formatrice et **pratique** supervisée par le stagiaire sur son modèle

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura réalisé les manœuvres des catégories 3 à 5 et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Séquence 3 : Conclusion Module 2

Durée : 00h10

Séance 1: Explications orales sur la réalisation d'une fiche technique de mémorisation des manœuvres apprises dans la journée

Séance 2: Conclusion et échanges– transmission des supports pédagogiques en lien avec le module appris

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu aborder une technique de mémorisation de protocole de massage (fiche technique) et posé les questions nécessaires à la bonne compréhension des techniques étudiées.

Module 3 : Apprentissage massage bras et mains – catégories 6 et 7 (02h00)

Séquence 1 : introduction– Accueil

Durée : 00h15

Séance 1 : Vérification des acquis du module 2

Séance 2 : Présentation du déroulement du module 3

Séance 3 : Echauffement du corps et concentration

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu vérifier ses acquis du module 2 et posé les questions nécessaires à sa bonne compréhension. Il aura également révisé la technique d'échauffement du corps avant massage.

Séquence 2 : Massage bras et mains– catégories 6 et 7

Durée : 01h00

Démonstration par la formatrice et **pratique** supervisée par le stagiaire sur son modèle

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura réalisé les manœuvres des catégories 6 et 7 et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture.



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Séquence 3 : Révision de gestes spécifiques choisis par le stagiaire

Durée : 00h30

Révisions des manœuvres à revoir par le stagiaire sur son modèle

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire sera capable de maîtriser les manœuvres du massage qui n'avaient pas encore été bien assimilées et aura été corrigé si besoin sur sa pratique et sa posture

Séquence 4 : Conclusion Module 3

Durée : 00h15

Séance 1 : réalisation d'un mime pour l'aide à la mémorisation et bonne gestuelle des manœuvres apprises dans la journée

Séance 2 : Conclusion et échanges

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu poser les questions nécessaires à la bonne compréhension des techniques étudiées.

Module 4 : Evaluation sur le protocole de massage bras et mains (01h30)

Séquence 1 : Echange avec le modèle et préparation de son protocole de 30 mn de massage

Durée : 00h30

Séance 1 : Précisions par la formatrice de la constitution d'un protocole

Séance 2 : Echange sur les besoins du modèle

Séance 3 : Conception d'un protocole de massage de 30 mn correspondant aux besoins du receveur

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu concevoir son protocole de massage en fonction des besoins du receveur



SAVOIR MASSER – VE-THAM FORMATIONS EN MASSAGES BIEN-ETRE

Séquence 2 : Evaluation

Durée : 00h45

Séance 1 : Pratique du massage bras et main complet, en fonction du protocole établi, sur son modèle

Evaluation par la formatrice

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura pu réaliser son protocole de massage en fonction des besoins du receveur

Séquence 3 : Conclusion de la formation

Durée : 00h15

Séance 1 : Nettoyage et désinfection du matériel de massage utilisé

Séance 2: Débriefing de la formation, questions / réponses

Séance 3 : Revue des objectifs de départ et mise en place d'un plan d'action du stagiaire en rapport avec ses connaissances et compétences assimilées durant le stage.

Séance 4 : Questionnaire de satisfaction

Séance 5 : Validation des justificatifs de formation et remise des certificats si la moyenne a été atteinte (discussion sur un cours de perfectionnement et évaluation de rattrapage en cas de non atteinte de la moyenne)

Objectif pédagogique : A l'issue de la séquence, le stagiaire aura reçu toutes les informations nécessaires pour établir un plan d'action afin d'améliorer sa pratique – et aura reçu la totalité des outils pédagogiques nécessaires à son accompagnement à la suite de la formation.

Fin de formation