

MASSAGE CALIFORNIEN : MAÎTRISEZ LE MASSAGE BIEN-ÊTRE RELAXANT.

Durée

21.00 heures (3.00 jours)
100% synchrone en présentiel ou en classe virtuelle .

Profils des apprenants

- Professionnels de l'esthétique, du spa et du bien-être souhaitant enrichir leur offre de prestations ;
- Praticiens souhaitant acquérir une nouvelle technique de massage bien-être ;
- Travailleurs indépendants et salariés du secteur ;
- Personnes en reconversion ou en projet de création d'activité dans le domaine du bien-être ;
- Débutants souhaitant découvrir et pratiquer le massage californien dans un cadre professionnel.

Prérequis

- Aucun prérequis technique n'est exigé.
- Prévoir un modèle pour l'évaluation finale si la session est individuelle.
- La formation comprend des exercices pratiques en binôme impliquant de réaliser et de recevoir un massage. Les éventuelles contre-indications ou demandes d'adaptation doivent être signalées avant l'entrée en formation afin d'étudier les aménagements possibles.

Qualité et indicateurs de résultats

Taux de présence VS taux d'abandon, taux de satisfaction à chaud et à froid, taux de réussite à l'évaluation finale



Accessibilité et délais d'accès

Pour toute inscription veuillez remplir le formulaire de contact sur notre site. Vous serez recontacté.e par notre service commercial.

Délai d'accès : 3 semaines.

Processus : recueil de besoin, validation prérequis (Entretien et diagnostic initiaux pour adapter le parcours et valider le projet), devis/convention, convocation.

Pour les personnes en situation de handicap, nous étudions les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser leur apprentissage à travers un questionnaire avant formation. Nous nous appuyons également sur un réseau de partenaires locaux.

Pour tout besoin lié à la pédagogie, notre référente est Maud: maud.hoffmann@axio-formation.com (également référente handicap)

Pour tout besoin d'ordre administratif, notre référente est Emilie: emilie.vannieuwenborg@axio-formation.com



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES.

- Présenter les principes, les caractéristiques et les limites du massage californien ;
- Accueillir le client et recueillir les informations nécessaires à la réalisation de la prestation ;
- Identifier les principales précautions et contre-indications au massage bien-être ;
- Préparer un espace de massage confortable, sécurisant et respectueux de l'intimité ;
- Adopter une posture professionnelle limitant les risques de troubles musculosquelettiques ;
- Réaliser les principales manœuvres du massage californien ;
- Adapter la pression, le rythme, l'amplitude et la durée des gestes aux besoins et aux réactions du client ;
- Construire et réaliser un protocole fluide et cohérent ;
- Accompagner une manifestation corporelle ou émotionnelle sans sortir du cadre professionnel ;
- Clôturer la séance et recueillir le ressenti du client.



CONTENU DE LA FORMATION.

Module 1 : Accueillir le client et préparer la séance

- Découvrir les origines et les caractéristiques du massage californien.
- Identifier les objectifs et les limites d'une pratique de bien-être non thérapeutique.
- Distinguer le massage bien-être des actes médicaux, paramédicaux ou à visée thérapeutique.
- Connaître les principales règles éthiques, déontologiques et professionnelles.
- Recueillir les attentes, les habitudes et les besoins du client.
- Identifier les principales contre-indications absolues ou temporaires.
- Savoir reporter, interrompre ou refuser une prestation lorsque la situation l'exige.
- Recueillir le consentement du client avant et pendant la séance.
- Respecter la confidentialité et la protection des informations recueillies.
- Repérer les principales zones sensibles et les zones exclues de la pratique.
- Préparer l'espace, la table de massage, le linge et les produits utilisés.
- Choisir un support de glisse adapté et vérifier les éventuelles allergies ou sensibilités.
- Garantir l'intimité du client grâce à un drapage adapté.
- Installer confortablement le client en tenant compte de sa morphologie, de sa mobilité et de ses besoins particuliers.
- Adopter une tenue, une hygiène et une posture professionnelles.
- Prévenir les troubles musculosquelettiques grâce au placement du corps, à l'ancrage et à la respiration.

Module 2 : Maîtriser les manœuvres fondamentales

- Préparer la prise de contact et l'entrée progressive dans le massage.
- Réaliser les effleurages superficiels et profonds.
- Réaliser les pressions glissées.
- Réaliser les pétrissages adaptés au massage californien.
- Utiliser les mouvements circulaires, les vibrations et les bercements.
- Enchaîner les manœuvres sans rupture de contact inutile.
- Réguler la quantité de produit utilisée.
- Adapter le rythme, la pression, l'amplitude et la durée des gestes.
- Développer la qualité, la précision et la continuité du toucher.
- Observer les réactions verbales et non verbales du client.
- Pratiquer les techniques en binôme avec corrections individualisées.

Module 3 : Réaliser les différentes séquences corporelles

- Réaliser les manœuvres sur le dos, les épaules et la région cervicale dans les limites du massage bien-être.
- Travailler les membres inférieurs sur les faces postérieure et antérieure.
- Réaliser les manœuvres adaptées aux bras, aux mains et aux pieds.
- Positionner et mobiliser les différentes parties du corps avec précaution.
- Identifier les zones de tension sans poser de diagnostic.
- Adapter les gestes aux réactions et au confort du client.
- Respecter les zones sensibles, les limites exprimées et l'intimité de la personne.
- Assurer des transitions fluides entre les différentes zones.
- Pratiquer les séquences en binôme sous la supervision du formateur.

Module 4 : Personnaliser le protocole et réaliser les grandes harmonisations

- Réaliser des effleurages longs, amples, lents et enveloppants.
- Construire les grandes harmonisations antérieures et postérieures.
- Relier les différentes zones corporelles dans un enchaînement cohérent.
- Adapter le protocole à la durée prévue de la prestation.
- Personnaliser les manœuvres en fonction des attentes et du ressenti du client.
- Ajuster l'installation et les techniques à la mobilité de la personne.
- Prendre en compte une situation de handicap sans compromettre la sécurité.
- Identifier les adaptations possibles et les limites de la prestation.
- Maintenir une qualité de présence et de contact tout au long de la séance.



CONTENU DE LA FORMATION.

Module 5 : Adopter une communication et une posture professionnelles

- Utiliser une communication verbale et non verbale adaptée.
- Vérifier régulièrement le confort et le consentement du client.
- Observer la respiration, les mouvements, les tensions et les changements d'expression.
- Réagir de manière appropriée à une gêne, une douleur ou une demande d'arrêt.
- Accueillir une manifestation émotionnelle sans l'analyser ni l'interpréter.
- Interrompre ou adapter le geste lorsque la situation le nécessite.
- Recueillir l'accord explicite du client avant de poursuivre.
- Maintenir une distance professionnelle et un cadre non thérapeutique.
- Orienter la personne vers un professionnel compétent lorsque la situation dépasse le champ du massage bien-être.

Module 6 : Réaliser et évaluer un protocole complet

- Organiser les différentes étapes d'une séance.
- Préparer une fiche client et définir un protocole adapté.
- Réaliser une prise de contact progressive.
- Enchaîner les manœuvres et les différentes zones corporelles.
- Gérer le temps et maintenir la fluidité du protocole.
- Réaliser un massage complet d'une durée de 60 minutes.
- Identifier les adaptations permettant de proposer un format allant jusqu'à 90 minutes.
- Clôturer le massage par des gestes lents, légers et enveloppants.
- Accompagner le retour progressif du client.
- Recueillir son ressenti sans formuler de diagnostic ni de recommandation médicale.
- Nettoyer et remettre en état l'espace de pratique.
- Réaliser l'évaluation finale des compétences.
- Analyser sa pratique et identifier ses axes de progression.



ORGANISATION DE LA FORMATION.

Équipe pédagogique

Notre équipe pédagogique maîtrise l'ensemble des sujets proposés à la formation. Nous construisons nos programmes en identifiant les besoins en compétences des futurs apprenants et en collaboration avec nos experts métiers. Axio Care repose sur une approche personnalisée pour chaque parcours professionnel. Axio Care accompagne le candidat dans la compréhension des attendus et de l'organisation du passage de l'évaluation.

La formation est animée par un professionnel disposant d'une expérience significative dans les massages de bien-être et les techniques de massage californien. Pour les personnes en situation de handicap, nous étudions les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser leur apprentissage à travers un questionnaire préformation. Nous nous appuyons également sur un réseau de partenaires locaux. Nous concevons des formations qualifiantes qui non seulement répondent à vos besoins spécifiques, mais vous préparent aussi à exceller dans votre domaine.



POUR LES FORMATIONS ÉLIGIBLES AU OPCO.

Détails sur l'évaluation :

Évaluation portant sur l'accueil du client, la sécurité, l'hygiène, la pertinence du protocole, l'installation, la posture, la précision des gestes, la fluidité, le rythme, l'adaptation de la pression, la communication et la prise en compte du confort.

- **Évaluation pratique** : réalisation en binôme d'un protocole complet de massage californien de 60 minutes
- **Évaluation théorique** : QCM portant sur le cadre non thérapeutique, les précautions et contre-indications, l'hygiène, la sécurité, le consentement et les étapes du protocole.

Moyens pédagogiques et techniques

En présentiel :

- Accueil des participants dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés
- Etudes de cas concrets
- Quizz et activités collectives en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation
- Matériel technique mis à disposition par le formateur ou à la charge de l'apprenant (à déterminer lors de l'inscription)

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuille d'émargement
- Autoévaluation du niveau en début de formation et fin de formation
- Exercices d'entraînement tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid
- Réussite à l'évaluation finale

Sous réserve d'assiduité et de participation à l'évaluation finale, les documents suivants sont remis au participant :

- Attestation de fin de formation ;
- Certificat de réalisation ;
- Résultats de l'évaluation des compétences ;
- Support pédagogique.

La formation ne délivre ni diplôme, ni titre professionnel, ni certification enregistrée auprès de France compétences.