



MASSAGE CLASSIQUE

Programme de formation

Module **M1** - 225 heures de formation
1/1

Enrichissez votre vie en pratiquant le **massage**. Ecovie Sàrl est le spécialiste des pratiques manuelles de toucher en Suisse Romande. Elle vous propose des formations certifiantes pour que vous puissiez **travailler comme professionnel agréé** et/ou **enrichir votre palette de compétences personnelles**.

Le massage apporte autant de bienfaits au corps physique qu'à l'esprit. Son action ne se limite pas à la zone douloureuse, elle est multiple et globale. Parmi les indications spécifiques les plus courantes, on peut citer les problèmes de sommeil, de stress, de nervosité, de digestion, d'élimination, les douleurs musculaires diverses en fonction de problématiques personnelles. Le massage active la circulation sanguine et lymphatique et soutient donc le métabolisme et l'élimination des toxines, renforce le système immunitaire, régénère l'organisme, tonifie le corps et assouplit les muscles et bien d'autres choses encore.

La formation de base en **massage classique** comprend 150 heures de formation présentielle, 75 heures de pratique personnelle soit 225 heures au total.

Objectifs de la formation :

- Utiliser différentes techniques du massage avec sensibilité et dextérité.
- Repérer les déséquilibres et y remédier.
- Connaître et respecter les précautions et contre-indications.
- Connaître l'anatomie de base.
- Connaître le protocole de travail pour dispenser un massage agréable et efficace en fonction des besoins du patient/client.
- Découvrir différentes approches du massage
- Gestion d'un dossier patient de l'anamnèse au suivi

Programme :

Présentation du cours, définitions des différents domaines abordés.

Attitude et éthique professionnelle du thérapeute.

Préliminaires à une séance de massage, effets, réactions et contre-indications.

Mise en place des dossiers d'étude personnelle.

Approche du toucher. Les différentes manœuvres. Les différentes approches.

Massage : dos - pieds et jambes - mains et bras - nuque et visage - ventre.

Préparation d'huiles et de massage aux huiles essentielles.

Hygiène vitale & promotion de la santé. Processus d'équilibration.

Révision et préparation à l'examen. Examens et remise des dossiers d'étude

Examens : Pour se présenter aux examens, une pratique personnelle de 75 heures ainsi qu'une participation à 80% des heures de cours, pour chaque module, est nécessaire. La réussite des examens vous permet d'acquérir votre titre de thérapeute agréé et de présenter votre dossier pour agrégation auprès des associations de reconnaissance professionnelle. Si vous ne venez pas du monde médical, il vous sera nécessaire de suivre la formation de médecine académique 1.

Diplôme délivré : Massage Classique (ASCA no 205, RME no 102), sous réserve de réussite de l'évaluation sommative.