

# TECHNICIEN(NE) EN MASSAGES DE BIEN-ÊTRE

Titre reconnu par l'Etat  
Certification au RNCP Niveau IV (numéro de certification : 28744)



Forma'Sud vous propose une formation en massages bien-être complète alliant principes théoriques et pratiques techniques. Les fondamentaux et les différentes techniques plus spécifiques y sont développés pour vous rendre professionnel dans le domaine du bien-être, vous offrant la possibilité de faire parler votre créativité par la suite.

Notre conseillère pédagogique, Madame Elsa SOLIGNAC, vous suit tout au long de votre parcours et vous oriente dans vos futurs projets. Nous vous informons que le centre de formation Forma'Sud fournit tout le matériel professionnel nécessaire à la formation Technicien(ne) en massages de bien-être.

Après avoir suivi cette formation professionnalisante, 7 techniques de modelage n'auront plus aucun secret pour vous !

## Conditions d'accès à la formation :

Vous passerez un entretien avec la Directrice de Forma'Sud, Madame Mélanie BRU, afin d'échanger sur votre projet et concevoir votre programme personnalisé.

La formation Technicien(ne) en Massages de Bien-Etre est finançable par les **OPCA** (Organismes Paritaires Collecteurs Agréés). Elle est également accessible par la **VAE** (Validation des Acquis de l'Expérience). Vous êtes éligible par la VAE avec le code CPF 200.

La formation de Technicien en Massage de Bien-Etre est certifiante de par le Titre RNCP enregistré le 5 août 2017 n° 28744.

Lieu

138 rue Roland  
Garros  
34130 MAUGUIO

Durée

7 mois  
(240h)

VAE

1 an min d'expérience  
dans le bien-être  
ou 500 massages  
réalisés

### Pour qui ?

- Professionnels du bien-être
- Personnes en reconversion

### Objectifs

- Le (La) Technicien(ne) en massages de bien-être doit posséder les qualités humaines suivantes : écoute, compréhension de la demande client et maîtrise des techniques de détente corporelle.
- C'est un acteur du marché du bien-être qui maîtrise au moins 7 massages.
- Au début de chaque séance, le Technicien(ne) en massages de bien-être réalise un bilan personnalisé correspondant au profil du client et veille à sa sécurité.
- Il (Elle) se base sur un protocole différent pour chaque massage qui est approprié en fonction de ses connaissances techniques en massages de bien-être. Le protocole est adapté pour chaque client selon ses attentes et ses souhaits, mais aussi par rapport aux éventuelles problématiques ressenties (stress, fatigue, etc).
- La formation de Technicien(ne) en massages de bien-être est établie en fonction de votre projet, de vos attentes et de votre personnalité. Elle est différente pour chaque stagiaire mais un tronc commun est obligatoire.

### Formateurs

- Franck ALEXIS, Aurélie GAS, Maëva BOYER, Déborah BEUREL, Marie-Cécile FERRER et Palma PISANO.

### Moyens techniques et pédagogique

- Théorie avec vidéoprojecteur
- Remise d'un book écrit en support (photos, schémas)
- Pratique sur modèles avec tables de soin, tabourets, chaises, huiles de massage...

### Stage (obligatoire) – 70h

- Le stage se déroulera dans le lieu de votre choix : Spa, Thalasso, Salons d'Esthétiques, etc (nous pouvons vous aider dans la recherche). Un rapport de stage sera à présenter lors de l'examen final.

### Validation

- A la fin de la formation Technicien(ne) en massages de bien-être et après avoir participé aux épreuves, les stagiaires reçoivent une attestation de formation qui valide leurs connaissances et compétences acquises tout au long de la formation.

### Débouchés

- A votre compte
- Etre employé dans les salons de massage, les Instituts, les spa, les hôtels, les maisons de retraite, les centres de vacances, les bateaux de croisière, les centres de loisirs, effectuer des massages à domicile...

DURÉE D'APPRENTISSAGE	TRONC COMMUN OBLIGATOIRE (17 jours)
1 jour (8h)	Initiation au toucher
	Posturologie
2 jours (16h)	Initiation à la méditation
	Initiation à l'énergétique
	S'installer dans la profession et gérer son activité
	Anatomie palpatoire
3 jours (24h)	Marketing / Image et Communication
4 jours (32h)	Massage Californien (niveau 1 et 2)

Lors de toutes les formations, les participants auront chacun un support de cours qui permet d'expliquer chaque mouvement grâce à des photos, des schémas et des textes explicatifs. Un espace vide est aussi présent à côté de toutes les photos afin qu'il puisse expliquer avec ses propres termes le mouvement et ainsi mieux le retenir.

Des tables de massage, futons, chaises, tabourets, paperboard, vidéoprojecteur, tatamis, différentes huiles sont mises à disposition.

Chaque séance de formation permet de se mettre en condition pour donner un bon massage, tel que la concentration, la respiration, la posture, l'échauffement du corps : Ainsi chaque journée débute par un échauffement d'environ 20mn. Un soin particulier est porté tout au long de la formation sur la posture et l'utilisation du poids de notre corps afin d'éviter de se fatiguer rapidement, mais aussi de donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances de massage.

L'enseignement donné est surtout axé sur le côté pratique.

La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants reproduisent ensuite les gestes vus quelques minutes plus tôt grâce à la formation de binôme. L'un massera sur l'autre, puis les rôles seront inversés. Ils connaîtront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. La formatrice ou le formateur corrigeront alors les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondront aux questions des uns et des autres. Le(a) formateur(rice) veillera à ce que les participants changent régulièrement de partenaires afin qu'il puisse s'entraîner sur des morphologies différentes. Cela reste la meilleure méthode pour être le plus près possible de la réalité du monde du travail dans le massage de bien-être et de relaxation.

Pour valider une formation, le participant devra atteindre au minimum la note de 12/20, si ce n'est pas le cas, il devra alors repasser la partie qu'il a échoué. Chaque formation validée donne droit à une attestation ou à une certification.

DURÉE D'APPRENTISSAGE	6 PROTOCOLES DE MASSAGE A CHOISIR PARMIS LA LISTE DES MASSAGES QUI VOUS SONT PROPOSES CI-DESSOUS (12 jours)			
1 jour	Modelages du monde	Modelages avec accessoires	Modelages spécifiques	Modelages spécifiques & accessoires
	-	Modelage au bol kansu	Modelage bébé Shantala	-
	-	-	Modelage du cuir chevelu	-
-	-	-	Modelage assis « Amma »	-
2 jours	Modelage Hawaïen « Lomi-Lomi »	Modelage aux ventouses	Modelage amincissant	Modelage aux coquillages
	Modelage Oriental	Modelage aux bambous	Modelage femme enceinte	Modelage au chocolat
	Modelage Chinois « San Bao »	Modelage à la bougie	Modelage à 4 mains	Modelage & Couleurs
	Modelage Caribbean	Modelage aux pierres chaudes	Auto-massage Japonais : Do In	-
	Modelage Andalou	Modelage aux pochons « Tampons de Siam »	-	-
	Modelage Japonais « Kobido » (+ 1 jour de perfectionnement)	-	-	-
	Modelage Suédois	-	-	-
	Relaxation Coréenne	-	-	-
	Modelage Balinais	-	-	-
	Ayurvédique du visage	-	-	-
	Modelage aux coquillages	-	-	-
	Initiation au Shiatsu	-	-	-
	Massage Philippin « Hilot Wellness »	-	-	-
Massage Zanzibar	-	-	-	
Massage des pieds « Sokushindo »	-	-	-	
4 jours	Modelage Ayurvédique « Abhyanga » (niveaux 1 et 2)	-	Modelage intuitif « Emotional Massage » (niveaux 1 et 2)	-
	Modelage Africain (niveaux 1 et 2)	-	Modelage sportif « Deep Tissue » (niveaux 1 et 2)	-
	Modelage Chinois « Tuina » (niveaux 1 et 2)	-	Réflexologie plantaire (niveaux 1 et 2)	-

Intitulé	Descriptif et modalités d'évaluation
<p>Bloc de compétences n°1 de la fiche n° 28744 : Installation d'une activité de massages traditionnels</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Les compétences attestées :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Déterminer son mode de travail</li> <li>- Définir si besoin son emplacement (lieu, taille...)</li> <li>- Aménager son espace (répartition des volumes, décoration...)</li> <li>- Valoriser son espace</li> <li>- Choisir ses produits et marques</li> </ul> </li>   <li>• <b>Aspects administratifs et de gestion</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Faire un prévisionnel de son activité et définir le type de statut approprié à son projet professionnel</li> <li>- Gérer son activité : tenue d'une caisse, établir des factures et exploiter un mode de gestion (logiciels et cabinet comptable)</li> <li>- Organiser ses commandes et ses ventes</li> <li>- Gérer ses rendez-vous</li> <li>- Animer son espace de vente</li> <li>- Présenter esthétiquement une offre commerciale sur un plan graphique, rédactionnel et visuel</li> <li>- Elaborer une action marketing et promotionnelle</li> <li>- Adapter son offre en fonction de la typologie des clients (particuliers, entreprises...)</li> <li>- Développer et fidéliser une clientèle par une communication adaptée</li> <li>- Utiliser tous les canaux et les réseaux de communication pour positionner son action commerciale (stratégie de vente)</li> <li>- Animer des réunions et des informations pour présenter les prestations</li> <li>- Assister à des évènements sur le thème du bien-être</li> <li>- Mettre à jour le site internet de ses prestations</li> </ul> </li>   <li>• <b>Modalités d'évaluation :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rédaction d'un livret de rapport de situation pour l'implantation et la gestion de son activité.</li> </ul> </li> </ul>
<p>Bloc de compétences n°2 de la fiche n° 28744 : Pratique des massages traditionnels</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Les compétences attestées :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparer la salle et la table pour l'accueil du client et le positionner en fonction des différentes techniques de massage</li> <li>- Créer une ambiance adaptée aux différentes techniques</li> <li>- S'assurer du consentement du client par un entretien sur son état de santé</li> <li>- Identifier les attentes du client pour adapter le massage en fonction de sa demande</li> <li>- Expliquer au client l'origine des différents massages proposés</li> <li>- Présenter les différents produits qui seront utilisés lors du massage</li> <li>- Appliquer un toucher pour avoir l'acceptation de prise en charge du client</li> <li>- Proposer un drapping en fonction du choix de la personne</li> <li>- Accompagner la personne tout au long du massage par rapport à son ressenti et réadapter si besoin la technique</li> <li>- Appliquer les mouvements appropriés et les gestes spécifiques aux massages</li> </ul> </li>   <li>• <b>Modalités d'évaluation :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cas pratique de mise en situation réelle sur sujet.</li> </ul> </li> </ul>