



MASSAGEentreprise.com

PROGRAMME

FORMATION AU MASSAGE AMMA ASSIS

13 boulevard de la Corderie – 13007 MARSEILLE

Téléphone : **06 59 43 15 20**

SIRET : 52844458100037, APE 9604Z, déclaration d'activité auprès du Préfet de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur : 93131751313.

massageentreprise.com

PROGRAMME FORMATION AU MASSAGE AMMA ASSIS

La formation au massage amma assis permet d'apprendre des gestes et postures nécessaires à sa bonne pratique. Cette formation est essentiellement pratique mais dispense également des conseils liés à la pratique, posture, au respect de la personne massée.

Ce massage permet d'intervenir dans des lieux publics, entreprises, salons, etc... la séance dure 15 minutes.

OBJECTIF DE LA FORMATION :

Etre apte à donner une séance complète du massage enseigné.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- Installer le receveur et respecter la distance corporelle
- Ecouter le receveur avec générosité
- Exécuter correctement les différentes manœuvres du protocole avec fluidité
- Pratiquer les postures enseignées
- Pratiquer le balancement pour respecter la progressivité de la pression
- Contrôler sa respiration afin qu'elle soit régulière et constante
- Pratiquer la juste pression

MODULARISATION DU PARCOURS DE FORMATION :

Sans objet

DURÉES :

La formation en massage assis se déroule sur 18h. Les cours ont lieu de 09h00 à 16h30 sur les 3 jours, avec une pause déjeuner de 1h30.

Pour des raisons de respect de la performance physique de chacun, la journée de massage est limitée à 6h.

LIEU :

13 Boulevard de la Corderie 13007 MARSEILLE.

PUBLIC VISÉ :

Tout public.

- A titre personnel pour exercer dans le cadre familial,
- A titre professionnel pour développer ses techniques de massage.

PRÉREQUIS :

- Prérequis apprenants : aucun
- Prérequis techniques et organisationnels : aucun

MATERIEL(S) PÉDAGOGIQUE(S) :

Un support de cours reprenant en photo les gestes du kata (enchaînement) sera remis à chacun des participants. Chaque photo est commentée et suivie d'un espace où le participant peut écrire ses commentaires.

Un support visuel au moyen d'un projecteur diffusant les gestes sera proposé aux stagiaires afin de travailler sur la fluidité du massage, dans une salle adaptée à la formation.

MODALITÉS DE SÉLECTION DES APPRENANTS :

Les apprenants sont sélectionnés, selon les prérequis énoncés, par le commanditaire de la formation.

INTERVENANT(S) :

Formateur expert dans la technique du massage amma assis.

MÉTHODE(S) PÉDAGOGIQUE(S) :

L'enseignement dispensé est essentiellement pratique.

La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants pratiquent ensuite par binôme l'enchaînement des gestes montrés. Cette façon de faire permet de recueillir les points de vue du donneur et du receveur.

La formatrice corrige les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondra aux questions des uns et des autres. La formatrice veillera au changement de partenaires de façon à expérimenter la technique sur des corps différents, pour une meilleure mise en application du massage.

SUPPORT(S) PÉDAGOGIQUE(S) :

Les supports de formation seront remis aux stagiaires à l'issue de la formation sous format électronique. Chaque diapositive est numérotée ; les stagiaires pourront donc noter des commentaires ou échanges réalisés pendant la formation en se référant au numéro de la diapositive concernée.

DISPOSITIF D'ÉVALUATION :

- Evaluation de l'atteinte des objectifs pédagogiques :
 - Evaluation formative (en cours de formation),
 - Evaluation sommative en fin de formation sous forme de QCM.
- Evaluation de l'action de formation :
 - Une évaluation à chaud est conduite afin de mesurer le niveau de satisfaction immédiate des participants, lors du bilan en fin de formation.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES :

L'immeuble ne bénéficie pas d'accès aux normes pour les personnes handicapées.

La formation peut être dispensée aux déficients visuels.

VALIDATION :

Cette formation donnera lieu à la remise d'une attestation reprenant les résultats de l'évaluation des acquis.

OFFRE TARIFAIRE :

400 € TTC.

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE :

Communiquées avec l'offre tarifaire.

Formation dispensée en français

LE MOT DE LA CRÉATRICE

Juriste de formation, j'ai décidé de changer de vie à la quarantaine.

Abandonnant le juridique pour l'énergétique je suis devenue praticienne en soins de confort.

Mon choix de pratique s'est ensuite tourné vers le massage assis et le bien-être en entreprise, dont j'en connais les rouages, et sais combien il est difficile de gérer son stress au travail, qui entraîne des tensions musculaires, de la fatigue intellectuelle, une perte de motivation, et de réactivité.

20 ans d'expérience dans le milieu juridique me permettent aujourd'hui de comprendre l'enjeu pour les entreprises de veiller au bien-être de leurs salariés et d'agir pour leur qualité de vie au travail.

Le massage assis permet en un quart d'heure de relever la tête du guidon et se sentir prêt pour affronter le reste de la semaine.



MASSAGEentreprise.com

13 boulevard de la Corderie
13007 MARSEILLE

Téléphone : 06 59 43 15 20



VISITEZ NOTRE SITE WEB
massageentreprise.com

The screenshot shows the website's homepage with a navigation menu at the top: Accueil, Le massage en entreprise, Ateliers QVT, Tarifs, Formations, Nous suivre, Contact. The main banner features a man meditating with a laptop, with the text "La décontraction au travail... Pendant les temps de pause !" and a button "En savoir plus...". Below this is a section titled "Massage Entreprise vous propose..." with the text "Un moment de détente, 15 minutes pour retrouver bien-être et forme" and "La décontraction pendant les temps de pause !". This is followed by four icons representing benefits: a clock for "En seulement 15 minutes, Le corps se relâche, Les tensions corporelles s'apaisent.", a leaf for "Le Massage Assis détend, relâxe, soulage du stress, apporte un bien-être.", a hand gesture for "Pour une meilleure gestion du stress, Le Massage Assis en entreprise lutte rapidement et efficacement contre les tensions.", and a coffee cup for "Accordez à vos équipes une pause récupératrice en remplacement de la pause cigarette.". Below this is a section "Pourquoi le Massage Assis en entreprise ?" with the text "Le massage assis permet en un quart d'heure de relever la tête du guidon et se sentir prêt pour affronter le reste de la semaine.". The "Philosophie" section follows, with the logo and tagline "Une relation personnalisée". It contains text about multidisciplinary and complementary interventions, attention to clients, and a list of five senses: L'Oïle (music), La Vue (space), Le Toucher (professionals), L'Odorat (essential oils), and Le Goût (massage). A disclaimer states: "Dans les pages de ce site on entend par massage : bien-être. Le massage n'est pas donné dans un but thérapeutique, mais de relaxation ; il ne s'apparente à aucune pratique médicale ni paramédicale occidentale." At the bottom, there are logos for partners: TELIN BOURG, Seramm, acpqualife, ACTION CONTRE LA FAIM, GRAVIC EUROPE, Delta ASSURANCES, and mg. A footer menu includes: Accueil, Le massage en entreprise (Nos prestations, Nos massages en Entreprise, Qui sommes-nous ?, Ils nous font confiance), L'histoire du Amma, and Le mot de la créatrice (Juriste de formation, j'ai décidé de changer de vie à la quarantaine. Abandonnant le juridique pour l'énergétique je suis devenue praticienne en soins de confort. Mon choix de pratique s'est ensuite tourné vers le massage assis et le bien-être en entreprise, dont j'en connais les rouages, et sais combien il est difficile de gérer son stress au travail, qui entraîne...).