



MASSAGEentreprise.com

PROGRAMME

FORMATION AU PERFECTIONNEMENT DU 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

La formation au perfectionnement du massage amma assis permet d'apprendre de nouveaux gestes et postures supplémentaires afin de compléter sa 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 :

Être apte à donner une séance complète et variée du massage enseigné.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

Installer le receveur et respecter la distance corporelle

Écouter 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 4 h. Les cours ont lieu de 9 h à 13H00 sur la demi-journée.

LIEU :

13 Boulevard de la Corderie 13007 MARSEILLE.

PUBLIC VISÉ :

Tout public.

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

PRÉREQUIS :

- Prérequis apprenants : avoir suivi une formation en massage amma assis.
- Prérequis techniques et organisationnels : posséder une attestation de formation en massage assis.

MATÉRIEL(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.

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 :

- Évaluation de l'atteinte des objectifs pédagogiques :
 - Évaluation formative (en cours de formation),
 - Évaluation sommative en fin de formation sous forme de QCM.
- Évaluation 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 ;
 - Une évaluation à froid peut être conduite si prévue au cahier des charges.

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 de présence reprenant les résultats de l'évaluation des acquis.

OFFRE TARIFAIRE :

100 € TTC.

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE :

Communiquées avec l'offre tarifaire.

Formation dispensée en français

PROGRAMME DE FORMATION :

RAPPEL : Durant les 4 h de formation, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

JOUR 1 : apprentissage des nouveaux enchaînements du dos, des bras, la nuque : 4 h

9 h : accueil des participants. Présentations

9 h 30 : apprentissage des enchaînements du dos

10 h 30 : apprentissage des enchaînements des bras

11 h 30 : révision du premier enchaînement de la nuque

12 h 30 : reprise de tous les enchaînements (le stagiaire donne la séance) – corrections par la formatrice en fin de massage

13 h : débriefing + remise des certificats de formation + fin de la formation

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 homepage of the website. At the top, there is a navigation menu with links for Accueil, Le massage en entreprise, Ateliers QVT, Tarifs, Formations, Nous suivre, and Contact. The main banner features a man in a white shirt and tie sitting in a meditative pose with a laptop, with the text "La décontraction au travail... Pendant les temps de pause !" and a button "En savoir plus...". Below the banner, a section titled "Massage Entreprise vous propose..." highlights "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.". A section titled "Pourquoi le Massage Assis en entreprise ?" states "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.". Below this is a "Philosophie" section with the tagline "Une relation personnalisée" and a list of 5 points: L'Ouïe, La Vue, Le Toucher, L'Odorat, and Le Goût. At the bottom, there is a row of logos for partner companies: TELIN, Seramm, acpqualife, ACTION CONTRE LA FAIM, GRAVIC EUROPE, Delta ASSURANCES, and mg. A footer contains a navigation menu and a "Le mot de la créatrice" section with a bio and a QR code.

- Accueil
- Le massage en entreprise
 - Nos prestations
 - Nos massages en Entreprise
 - Qui sommes-nous ?
 - Ils nous font confiance
 - L'histoire du Amma

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