



Ganesh

Shiva

Technicien en Somatothérapie  
(ou Massage Bien-être)

*pouvant se poursuivre par la*

Formation Praticien en Somatothérapie

Michèle Lasserre, 06 74 80 37 29 - [somato.michele@orange.fr](mailto:somato.michele@orange.fr) - SARLAT - [www.zenenergie.fr](http://www.zenenergie.fr)



1ère année

Premier module : **D**écouverte et **E**ngagement (4 jours)

Deuxième module : **C**onfiance en soi (5 jours)

Troisième module : les **V**aleurs (4 jours)

Quatrième module : **M**assage des **P**olarités du **F**éminin et du **M**asculin (4 jours)

Cinquième module : **S**hiatsu (4 jours)

Sixième module : **P**rotocole d'**H**ygiène du cabinet - **A**ccueil (4 jours)

Septième module : **R**évision **C**omplète de l'ensemble des modules (3 jours)

Huitième module : **L**âcher prise (3 jours)

Seront abordés l'**A**natomie du corps et sa **S**ymbolique, différents **M**assages (**C**alifornien, **C**oréen, **S**hiatsu, **C**hinois), les **P**olarités, des **T**echniques de **R**elaxation, la **R**éflexologie plantaire et **C**rânienne).



**DURÉE** : 259 heures (8 mois /8 modules) 80% de pratique

**PUBLIC** : Toute personne désirant se reconvertir professionnellement, les professionnels de santé et de médecines douces, les praticiens en massages esthétiques à des fins de thérapies complémentaires.

**LIEU** : Cabinet – 12 allée Majoral PIERRE MIREMONT 24200 SARLAT la CANEDA

**PRÉ-REQUIS** : Aucun pré requis spécifique (hormis le désir d'apprendre toutes les techniques en rapport avec le soin par le Toucher.)

**MODALITÉS D'ACCÈS** : Présentiel uniquement, 2 à 6 personnes ou 2 groupes de 4 personnes.

**INSCRIPTIONS** : après la réalisation d'un entretien téléphonique et d'une visite du centre de formation, vous recevrez un Mail de confirmation contenant la fiche d'inscription, le règlement intérieur de l'école ainsi que le CGV.

**OBJECTIFS** : Ce cours spécialisé vous permettra l'acquisition des techniques de base de la Somatothérapie ainsi qu'une formation solide du Massage Bien-être avec le Massage labellisé "LM Massage Bien-être". Cette approche de soin par le Corps et le Toucher permet la libération des tensions, tant physiques qu'émotionnelles.

**MODALITÉ PÉDAGOGIQUE** : Evaluation de pratiques professionnelles par observations du responsable de formation et une évaluation des connaissances théoriques par QCM.

Formation ouverte 4 jours avant le 1er module Découverte. Fin septembre de chaque année.

Suivi et évaluation : Formation en binôme et individuelle. Evaluation tout au long de la formation avec des quiz et des tableaux techniques.

Durant la Formation, chaque élève pratique et reçoit alternativement pour : *apprendre, ressentir et vérifier l'efficacité* du massage.

Les formations sont effectuées dans le respect et la dignité de chacun.

1. Phase d'apprentissage pendant le stage : le suivi, l'exécution du programme et l'appréciation des résultats sont effectués par la formatrice, avec des quizz et fiches d'évaluations.
2. Phase de contrôle final : l'appréciation des résultats est effectuée par la formatrice avec des recadrages techniques par celle-ci si besoin.
3. Une attestation de stage sera délivrée au terme de la session.
4. Il est recommandé que cette remise se fasse 2 ou 3 mois après la fin de la session.  
Elle se fera sur la base de sa propre expérimentation de 5 à 6 massages pratiques ainsi qu'une séance de massage de contrôle final effectué sur la formatrice elle-même.
5. La Formation a pour but de vous enseigner une façon de toucher, avec des règles, des protocoles précis et bien spécifiques.

LA MAITRISE DE CES PROTOCOLES NÉCESSITE BEAUCOUP DE TRAVAIL PERSONNEL, IL EST INDISPENSABLE QUE VOUS RÉPÉTIEZ VOS PROTOCOLES TRÈS SOUVENT (C'EST L'ENTRAÎNEMENT QUI EST FONDAMENTAL).



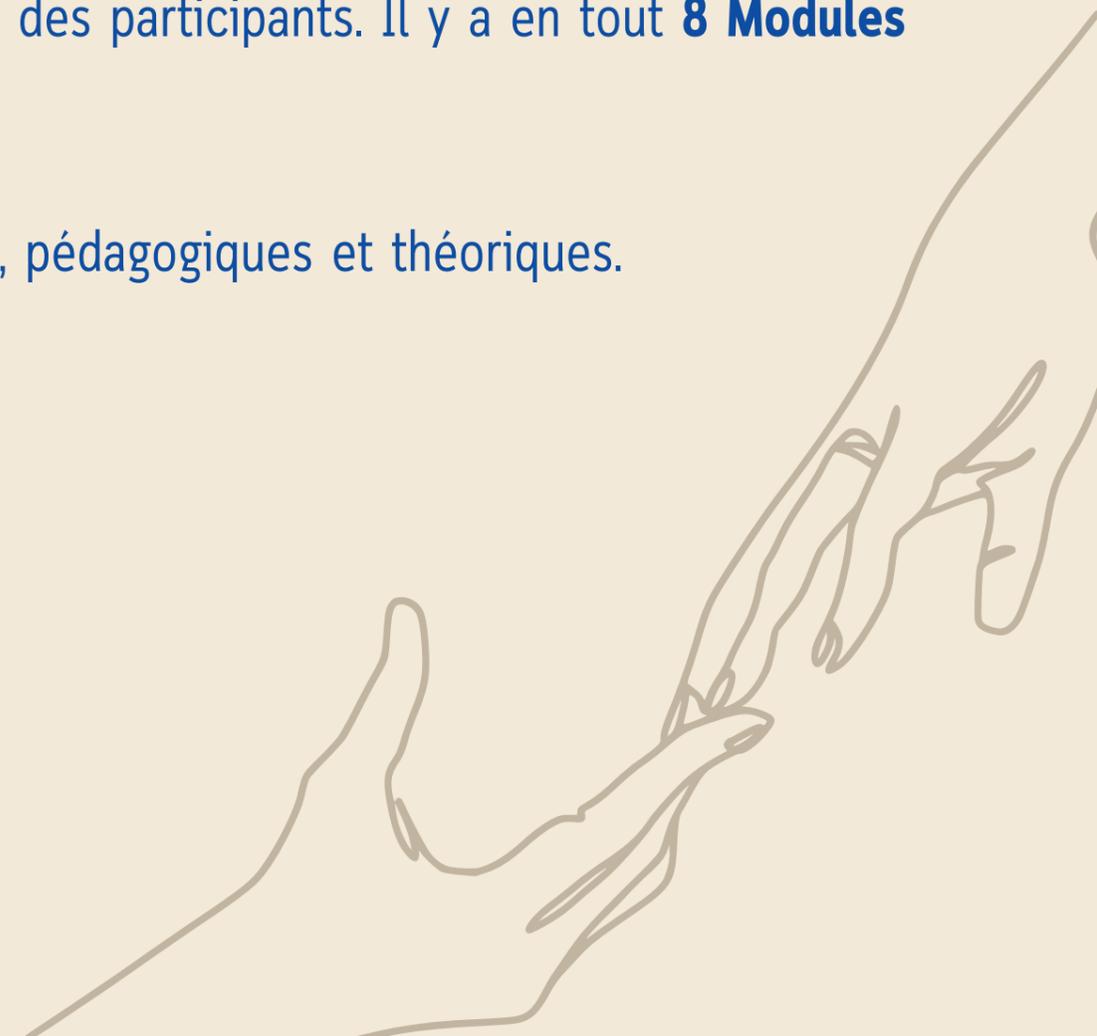
1. Après la réalisation d'un entretien téléphonique et d'une visite :

- Définition des Besoins du participant et ses objectifs personnels par rapport à la Formation.
- Courriel de confirmation avec récapitulatif de l'Entretien. Fiche d'inscription, règlement intérieur de l'école et CGV.

2. 1er Module : « **Module Découverte** » (350 € TTC/28 h en 4 jours).

La date de ce module d'essai est fixée par le ou la formatrice ; à la suite de celui-ci le participant s'engage (ou pas) pour le restant de la Formation "Technicien en Somatothérapie, "LM MASSAGE BIEN-ÊTRE", à savoir les 7 Modules suivants (380€ TTC chacun). Les dates des modules sont aménageables en fonctions des disponibilités des participants. Il y a en tout **8 Modules** répartis sur **8 mois** en Présentiel obligatoire.

3. A chaque Module correspond un *Livret récapitulatif* avec des supports pratiques, pédagogiques et théoriques.





## Module 1

« **Module Découverte** » (4 jours/28 heures)

Accueil des participants et cercle de parole.

Anatomie et symbolique du dos.

Remise d'un livret d'anatomie et de la symbolique du dos (support pédagogique de travail).

## Module 2

« **Confiance en Soi** » (5 jours/35 heures)

Accueil des participants et cercle de parole.

Mise en pratique d'une routine avec échauffement matinal.

Symbolique, Anatomie et Démonstration et pratique.

Remise d'un livret d'exercices (support pédagogique de travail).

## Module 3

« **Les valeurs** » (5 jours/35 heures)

Accueil des participants et cercle de parole, avec discussion de groupe sur les valeurs de chacun (respect, estime de soi, les valeurs.)

Symbolique, Anatomie, Démonstration et pratique.

Remise d'un livret d'exercices (support pédagogique de travail).

## Module 4

« **Polarité du Féminin et Masculin** » (5 jours/35 heures)  
Accueil des participants et cercle de parole.  
Anatomie et symbolique et Mise en Pratique.  
(Support pédagogique de travail).

## Module 5

« **Shiatsu** » (5 jours/35 heures)  
Accueil des participants et cercle de parole.  
Initiation à la médecine chinoise (corps complet) : son rapport à la nature, son approche holistique ainsi que l'apprentissage des 12 méridiens principaux.  
Démonstration et mise en pratique.  
Remise d'un livret avec exercices pratiques (support pédagogique de travail).

## Module 6

« **Protocole d'hygiène du cabinet** » (5 jours/35 heures)  
Accueil des participants et cercle de parole.  
Préparation du Cabinet, du tapis de massage, du linge...  
Protocole sanitaire COVID 19

## Module 7

« **Révision de l'ensemble des Modules** » (3 jours/21 heures)

Accueil des participants et cercle de parole.

Table ronde avec les stagiaires et Questions-Réponses en fonction des besoins de chacun.

## Module 8

« **Lâcher-prise** » (5 jours/35 heures)

Accueil des participants et cercle de parole.

Anatomie et symbolique, Démonstration et mise en Pratique.

### REMISE DE L'ATTESTATION DE STAGE

Comme il a été convenu précédemment dans le volet : « Suivi et Formation », l'attestation de stage sera délivrée au terme de la session complète soit les 8 Modules.

Il est recommandé que le stagiaire pratique 5 à 6 massages, ainsi qu'un massage de contrôle final effectué sur la formatrice elle-même, 2 ou 3 mois après la fin de la session.

Les horaires et dates de stages sont susceptibles d'être modifiés.