

## Descriptif de la Formation Professionnelle en Massage Thérapeutique (Classique)

### Définition

Le massage classique comprend un ensemble de techniques et de protocoles manuels visant à procurer aux personnes un sentiment de mieux-être aussi bien physique que psychique. Il soulage les courbatures et évacue le stress ainsi que les tensions musculaires sur les différentes parties du corps. Divers principes et méthodes sont employés afin de favoriser la détente mais également la circulation sanguine et lymphatique, d'aider à la digestion des aliments et de leur assimilation, d'éliminer les toxines, de contribuer au bon fonctionnement des organes vitaux et à l'éveil psycho-corporel.

Il est notamment utilisé pour :

- soulager, détendre le corps lors de douleurs diffuses (chroniques ou aiguës);
- relaxer, calmer et de déstresser les muscles du corps;
- favoriser l'élimination de l'acide lactique produit par la fermentation anaérobie au cours des efforts prolongés (sport, travail).
- Il peut stimuler la lymphe, et donc favoriser un meilleur système immunitaire.
- lutter contre le stress, l'anxiété et la dépression.
- procurer tonus, bien-être et souplesse du corps.

### Pré-requis

- Avoir un certificat fédéral de capacité (CFC) ou une maturité professionnelle ou faire une reconnaissance d'acquis de son expérience professionnelle
- Avoir un entretien de candidature et de motivation
- Etre inscrit au module médecine académique Tronc commun ou avoir une reconnaissance d'acquis pour ce module

### Objectifs

Les objectifs de la formation sont de développer à la fois

- Des connaissances académiques, avoir une compréhension du corps humain (anatomie, physiologie, pathologie, psychologie),
- Des compétences liées à la pratique du praticien par une techniques réflexe reposant sur le massage classique,
- Des compétences comportementales, axées sur les outils relationnels,
- Des compétences par rapport à l'état d'être du praticien, à sa compréhension de l'humain.

### Public

- Toute personne intéressée par le domaine de la santé et plus précisément aux méthodes des thérapies complémentaires

- Toute personne désirant acquérir de nouvelles compétences ou en reconversion professionnelle.
- Les professionnels de santé ou en thérapie complémentaire qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences

## Compétences

### *Compétences professionnelles :*

- Situer le massage classique dans l'approche holistique de la santé
- Connaître le champ d'application et les contre-indications
- Organiser et gérer son activité professionnelle

### *Compétences méthodologiques :*

- Percevoir le potentiel santé et les ressources du patient(e) et l'encourager à les développer
- Conseiller des mesures de promotion de la santé et de la qualité de vie
- Développer une sensibilité envers divers comportements et habitudes

### *Compétences sociales et personnelles :*

Avoir une attitude orientée vers le patient, montrer de l'intérêt pour les personnes et les accepter en tant qu'individus appartenant à un certain milieu socioculturel et ayant leur propre système de valeurs et de croyances

- Être autonome et responsable
- Evaluer, en fonction de principes éthiques, sa manière de penser, de sentir et d'agir dans le cadre de l'activité professionnelle et en tirer des conclusions pour la poursuite de cette activité

## Durée et structure

Pour l'obtention et la validité du diplôme d'Ecole (reconnu par les instances comme l'ASCA, le RME, l'APTN..., nous vous proposons **une formation professionnelle comportant :**

- **150h effectives de cours de Massage Classique**
- **150h de Tronc Commun en médecine académique (anatomie-physiologie...)**
- **70h minimum de pratique certifiée et un processus individuel**

*Ci-dessous, programme donné à titre indicatif et susceptible de modifications.*

- Massage : histoire, prise en charge du client, préparation, communication...
- Présentation des mouvements de base et des pressions de massage
- Les différents types de toucher
- Les différents types de massage
- Massage du pied, du membre inférieur, de la main, du membre supérieur
- Massage du torse et de l'abdomen
- Massage du dos
- La peau, tissus et muscles
- Massage palpatoire en rapport avec les repères anatomiques

- Massages spécifiques : nuque, visage, poitrine
- Etirements, mobilisations
- Etirements spécifiques, assouplissements, mouvements passifs
- Etirements pour les sportifs, les crampes, les tensions
- Bases de l'aromathérapie (usage des huiles essentielles)
- Préparation et utilisation d'huile de massage avec les huiles essentielles
- Massage sportif (protocole complet)
- Etude et application des Triggers points
- Contre-indications, code d'éthique du masseur
- Anamnèse, mise en situation, préparation à l'examen, révisions

### **Méthodes**

Approches pédagogiques interactives, alternance entre pratique et théorie.

### **Evaluation**

- Formation : présence à 90% minimum pendant les cours (fiches d'émargement)
- Avoir effectué 3 séances chez des professionnels de santé avec fiches d'évaluation
- Avoir réussi les examens du module médecine académique Tronc-commun
- Avoir réussi l'examen final en Massage Classique

### **Titre du certificat**

Diplôme de Thérapeute complémentaire en Massage classique. Le diplôme est accompagné d'un complément « confirmation de cursus » décrivant le parcours détaillé de la formation (modules, heures...) effectuée ainsi que les résultats obtenus aux évaluations et examens finaux.

Après l'obtention du diplôme, le thérapeute complémentaire devra effectuer un minimum de 16 heures par an en formation continue (durée variable selon les organismes) pour la continuité de sa validation auprès des différentes instances, afin que les clients puissent continuer à bénéficier du remboursement de la part des assurances maladies.

### **Lieu, inscriptions**

La formation se déroule sur Genève dans nos locaux.

Les inscriptions se font auprès du secrétariat après un entretien préliminaire et étude du dossier de candidature.

### **Dates et prix**

Les dates et prix des différents modules sont à disposition auprès du secrétariat ou sur notre site Internet [www.esclarmonde.com](http://www.esclarmonde.com)