




Programme de la formation

Massages bien-être du corps complet à l'huile sur table en Toucher-Présence®

 En groupe sur site

 70 heures sur 10 jour(s)

 Tout public, Salarié en poste, Demandeur d'emploi, Particulier, Indépendant et dirigeant, Agent de la fonction publique, Etudiant · De 4 à 10 participants

 1 865 € Net de taxe par participant

Description courte

Prodiguer des séances individuelles personnalisées de massage bien-être sur table à l'huile du corps complet (à l'exception des parties génitales), d'une face ou d'une zone sectorielle du corps.

- Consulter les commentaires & statistiques de cette formation : <https://www.competens.net/formation-massages-bien-etre-du-corps-complet-a-lhuile-sur-table-en-toucher-presence-f-MOD327>
- Consulter la page vitrine sur Competens : <https://www.competens.net/grollimund-depoorter-juliette>

Profil des participants

- Personnes en projet de reconversion professionnelle ou primo-apprenants
- Professionnels du bien-être et/ou de la santé et/ou du sport/arts
- Esthéticiennes en activité
- Pratiquants loisirs (cadre familial et amical) souhaitant acquérir plus de technique

Prérequis

- Être dans une démarche professionnelle cohérente, exprimée par le stagiaire ou son employeur dans le document « validation du pré-requis du signataire »
- Maîtriser le français parlé et écrit
- Avoir une démarche motivée d'accompagnement au bien-être de la personne

Objectifs

Cette action a pour objectif de :

Pratiquer de façon autonome des séances individuelles personnalisées de massage bien-être dénudé à l'huile du corps complet ou séquencé, sur table, en assurant fluidité des gestes, qualité de présence et

de contact, écoute active et manœuvres caractéristiques de glisses, reliages, pressions, mobilisations passives et étirements, vibrations au cours de la séance.

Les participants seront capables de :

- Pratiquer de façon autonome une diversité de gestes professionnels structurés en proposant une construction fluide, complète et sur-mesure de massage complet du corps dans le respect des attentes et besoins formulés,
- Pratiquer de façon autonome la technique de massage sectoriel d'une ou plusieurs parties du corps dans la douceur et la profondeur pour alléger les zones de tensions spécifiques
- Faire preuve de créativité et d'adaptation lorsque les séances sont proposées dans la durée,
- Assurer tout au long de la séance une posture respectueuse, dans le souci d'un toucher de qualité professionnelle, d'une juste distance bienveillante, d'une qualité de présence constante et d'une gestion respectueuse du temps imparti pour la séance.

Aptitudes et compétences visées / attestées

Les compétences professionnelles visées à l'issue de cette formation sont de :

1. Pratiquer de façon autonome la technique spécifique de massage à l'huile de chaque partie du corps :
 - intention du toucher adaptée aux attentes formulées : apaisant, dynamisant, tonifiant, cocoonant...
 - créativité, notamment lors de séances proposées dans la durée
 - déplacements silencieux autour de l'espace de massage et dans son lieu
 - pression et rythme du massage adaptés à la demande formulée, la souplesse du corps massé et l'écoute respiratoire au cours de la séance
 - savoir-faire toujours respectueux de la pudeur du client

2. Assurer tout au long de la séance une posture respectueuse, dans le souci d'un toucher de qualité et d'une juste distance respectueuse :
 - conduire une discussion préalable à la conception d'une séance personnalisée
 - écoute active et qualités relationnelles en séance individuelle : communication non verbale, intention, écoute, respect, regard, bienveillance...
 - qualité de présence et intention du toucher
 - gestion respectueuse du temps imparti pour la structuration d'une séance
 - être conscient des enjeux de la relation masseur-massé

Contenu

- I. Accueil des participants
 - Tour de table - présentations individuelles, attentes des participants, organisation, horaires, logistique
 - Présentation du déroulé, méthodes et objectifs
 - Jeux de mise en route visant à installer la confiance entre les participants
- II. Identifier les grands principes théoriques :
 - Découvrir les bienfaits de la détente (physiques, physiologiques, psychologiques), savoir les présenter à un client, différencier les apports spécifiques des différentes techniques de massages à l'huile
 - Faire l'expérience de son schéma corporel, son propre niveau de détente et de souplesse
 - Acquérir les repères d'ambiance, d'hygiène et de confort d'un lieu de massage, pour le client et pour

le praticien

III. Adapter les modalités de mise en œuvre :

- Assurer par le placement juste du corps le confort du client et du praticien
- Expérimenter les apports du travail en poids du corps pour masser sans se fatiguer
- Favoriser une respiration régulière et ample du praticien, son niveau énergétique, des mains chaudes
- Informer sur les modalités de choix des huiles végétales de massage
- Construire une séance unique et/ou une intervention dans la durée avec plusieurs séances
- Être susceptibles de clarifier, reformuler la demande, les attentes spécifiques du client

IV. Pratiquer des techniques de massage spécifiques :

- Assurer une construction fluide et complète du massage de chaque face et de tout le corps
- Maîtriser le massage sectoriel de chaque partie du corps, dans la douceur comme la profondeur, pour alléger les zones de tensions
- Maîtriser les manœuvres caractéristiques du massage à l'huile : huilage, glisses, pressions, reliages, mobilisations, étirements...
- Adapter sa pression et le rythme du massage à la demande formulée par le client, la souplesse du corps et l'écoute respiratoire du massé
- Développer sa qualité de présence et son intention du toucher
- Faire l'expérience de l'importance aux premiers contacts, la sortie, la qualité des recouvrements

V. Savoir conduire une prestation complète de massages bien-être à l'huile :

- Maîtriser une diversité de gestes professionnels et savoir les organiser de façon structurée
- Mettre en œuvre des intentions de toucher adaptées à la diversité des situations et des attentes : apaisant, dynamisant, tonifiant, cocoonant...
- Connaître l'anatomie nécessaire à la gestion d'éventuelles contre-indications
- Garantir le respect du rapport à l'intimité, à la pudeur de chacun
- Anticiper son niveau de fatigue et maintenir une énergie constante au cours de la journée
- Faire preuve de créativité, notamment lors de séances proposées dans la durée
- Se déplacer silencieusement autour de la table de massage et dans son lieu
- Assurer tout au long de la séance une posture respectueuse, dans le souci d'un toucher de qualité et d'une juste distance
- Gérer de façon respectueuse le temps imparti pour la structuration du massage

VI. Acquérir les techniques d'écoute active en séance individuelle :

- Parler d'une voix douce, stable et avec bienveillance
- Être conscient des enjeux de la relation praticien/personne massée
- Reformuler les attentes spécifiques éventuellement formulées à l'accueil
- Savoir présenter les principales contre-indications à la pratique et se faire respecter dans le cas d'une demande formulée hors du cadre défini
- Se mettre en posture d'écoute, d'accueil et de vigilance des manifestations du corps, accompagner au besoin par la parole

VII. Mener une relation client de qualité :

- S'adapter et accueillir avec bienveillance et respect une clientèle diversifiée
- Assurer sa préparation physique et intérieure préalable en tant que praticien en massages assis bien-être
- Respecter les standards d'hygiène et de confort
- Assurer le rangement et nettoyage entre chaque prestation

VIII. Assurer l'existence de son projet professionnel dans la durée :

- Assurer le cadre officiel d'intervention approprié de son activité
- Identifier des axes d'amélioration constante de sa pratique

Pédagogie et organisation

- Méthodes pédagogiques en présentiel :
 - Méthode de la découverte
 - Travail en binômes ou trinômes avec ressentis mutuels pour chaque exercice pratique
 - Alternance de temps de théorie, de pratiques, de temps de paroles
- Méthodes distanciel et E-learning : vidéos de révision de la pratique entre les sessions et à l'issue de la formation
- Matériel pédagogique :
 - LMS Moodle – outils, ressources et activités pédagogiques de suivi individuel numérique du parcours de l'apprenant : livret de formation, carnet de pratiques, documentations, forum...
 - Équipement pédagogique de l'espace de formation
 - Matériel de massages professionnels : tapis, coussins, tables, zafus...
 - Accessoires : bandeaux, balles, foulards...
 - Sonorisation musicale de la salle
 - Paperboard
 - Vidéoprojecteur
 - Ordinateur

Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

- **Test de positionnement en amont (obligatoire) :**
 - Positionnement préalable à l'inscription à remplir avant l'inscription
 - Test de validation des acquis sur Moodle
 - [Questionnaire en ligne](#) adressé avant le début de la session
- **Evaluation des acquis liées aux objectifs pédagogiques définis :**

Compétences	Modalités d'évaluation (QUIZ, exercices...)	Critères et preuves d'évaluation (% de réussite, ou comparaison entrée et sortie de stage,	
Maîtriser la technique de le massage à l'huile du corps sur table : sectoriel et complet (savoir faire)	Mises en situations pratiques au cours de la formation : déplacements, qualité des prises, construction, cohérence, posture, respiration, adaptabilité, pression juste, fluidité, poids du corps... Carnet de pratiques Outils pédagogiques, ressources et activités du LMS pour chaque module	Progrès à mesure des exercices pratiques Autoévaluation commentée par l'élève au début des sessions 2, 3, 4 et 5 Avoir réalisé au moins 10 séances d'entraînements au cours des sessions 50% des ressources consultées 70% de réponses positives sur les quizz	
Assurer tout au long de la séance une posture respectueuse (savoir être)	Mises en situation pratiques : jeux de rôles en binôme	Progrès à mesure des exercices pratiques Autoévaluation commentée par l'élève au début des sessions 2, 3, 4 et 5	
Tour de table bilan en fin de session		Évaluer la satisfaction des attentes formulées à l'accueil Énoncer les projets de chacun sur la base des acquis	

- Fiche d'évaluation qualitative de la formation (à chaud)
- Evaluation à froid après formation (1 à 6 mois éventuellement)

NB : Rappel des objectifs de l'évaluation à froid – Observer la présence des résultats attendus et mettre en place une autre action complémentaire

Mode de validation

- Attestation de fin de formation avec indication du niveau d'acquisition des compétences devant être complétée par : Juliette Grollimund Depoorter

Financements possibles

- Les actions de formation professionnelle peuvent être financés par différents organismes collecteurs selon des modalités et des accords de prises en charge propres à chaque organisme financeur : France Travail, OPCO, Fongécif, FIFPL...
- Pour vos demandes auprès de France Travail, création en septembre 2024 grâce au travail mené par la FFMBE de la nouvelle fiche métier code ROME : D1222 Masseur / masseuse bien-être
- N° Habilitation : Carif-Oref, Ofeli Gref Bretagne, Kairos
- Code CPF : Non

Modalités et délai d'accès

- Une semaine avant la session en financement individuel
- Un mois avant dans le cadre d'une demande de prise en charge

Référent handicap

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : (*mise en place de compensation...*)

Contact : Référent handicap 02 51 84 95 55 / 06 28 70 45 28 / nadiahadjeri@cadresenmission.com

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Prise en compte du handicap : les méthodes pourront être adaptées à la demande et au cas par cas (ou orientées vers d'autres dispositifs le cas échéant) selon les éventuels handicaps des stagiaires.

J'ai déjà accueilli en formation des stagiaires présentant des déficiences visuelles et/ou auditives. N'hésitez pas à me contacter afin d'étudier les possibilités de compensation disponibles.

Intervenant

La formation sera assurée par Juliette Grollimund Depoorter :

- Créatrice de KerAnanda - pratiques corporelles de détente depuis 2008 : séances individuelles, formations et ateliers de massages bien-être
- Créatrice de la marque déposée du Toucher-Présence® et du cursus de formation agréé par la FFMBE
- Formatrice-facilitatrice en Toucher-Massage®, certification IFJS, 2011 – 224 heures de formation - formatrice au sein de l'équipe pédagogique permanente de Joël Savatofski pendant plus de dix ans
- Auteure de *Être zen pour mieux apprendre*, Hatier, 2019 et de *Cultiver le bien-être et la complicité en famille*, Eyrolles, 2024
- Formatrice-facilitatrice en intra-hospitalier

Diplôme, certifications et/ou habilitations (exemples : DISC, Process COM, Normes ISO...)

- Formation de formateurs en 2011 – Toucher-Massage®, IFJS – 224 heures

Prochaines sessions

Du 08/06/2026 au 11/09/2026 à Rennes

Évaluations

14 inscriptions depuis le 09/12/2024

Taux d'acquisition des compétences :  **98 %** (8 évaluations)

Satisfaction des apprenants :  **4.7/5** (7 évaluations)