



## **FORMATION MASSAGE AYURVÉDIQUE A L'HUILE CHAUDE** *(Modelage ayurvédique corps complet à l'huile de sésame chauffée)*

C'est un modelage issu d'un massage traditionnel indien. Il se caractérise par des mouvements de va et vient en mains pleines. C'est un modelage lent, profond et symétrique qui se pratique avec de l'huile de sésame chauffée, une huile aux multiples vertus (antioxydante, analgésique, anti-inflammatoire, etc.).

Cette formation au modelage ayurvédique à l'huile chaude répond à une réelle attente de la part des élèves. Au travers de ces 11 vidéos, vous découvrirez en images et pas à pas les origines de ce massage, tous les secrets de sa pratique et vous allez acquérir un protocole complet d'une heure à pratiquer en toute tranquillité.

Agrémenté de nombreuses illustrations et de mises en situation, ce cours complet est accessible à tous.

### **OBJECTIF DE CET APPRENTISSAGE :**

Nous avons conçu ce cours comme une aide à divers projets d'évolution de carrière :  
Reconversion professionnelle, perfectionnement dans vos compétences, ou  
découverte d'un nouveau secteur en pleine expansion.

### **OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE CETTE FORMATION**

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Maîtriser le vocabulaire technique du massage à l'huile chaude
- Connaître les bases de l'Ayurvéda
- Maîtriser les gestes de sécurité pour le praticien et pour le client
- Savoir accueillir son client
- Savoir écouter et définir les besoins du client
- Identifier les contre-indications et allergies de chaque client
- Connaître les outils et produits adéquats pour effectuer le protocole
- Identifier la morphologie du client et les gestes qui peuvent lui être appliqués
- Maîtriser les gestes techniques
- Identifier les erreurs et maladresses à éviter
- Savoir adapter sa posture



- Connaître les consignes à appliquer auprès du client après le massage.

### **PUBLIC VISÉ :**

Tout public intéressé par les techniques de massage du monde, désireux d'aider et d'apaiser les autres tout en leur apportant confort et bien être.

### **NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLES REQUIS :**

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour cette formation mais une connaissance minimale de l'outil informatique est recommandée afin de pouvoir suivre les cours en e-learning. Maîtrise de la langue française (utilisée dans cette formation) demandée.

### **DURÉE DE FORMATION**

Durée de la formation : 13 heures.

Le temps de chaque module est évalué selon une moyenne, en fonction du temps de visionnage de chaque vidéo, ainsi que du temps de pratique de mise en application des gestes techniques enseignés, de réponse aux QCM (contrôle continu) et du temps consacré à préparer d'éventuels échanges avec la formatrice durant leur parcours de formation.

### **MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

La formation s'effectue **en distanciel** via notre plate-forme d'e-learning.

**Matériel nécessaire de la part du stagiaire :** Un outil informatique (PC, tablette, smartphone, etc.), un accès Internet, une table de massage, un dispositif de chauffage de l'huile et de l'huile adaptée (huile de Sésame ou autre huile neutre) en fonction des allergies et/ou des intolérances de la personne, un bol Kansu (petit bol tibétain).

La formation est constituée :

- d'une partie théorique :
  - Introduction (Présentation, origines du massage, ...)



- Présentation de l'Ayurvéda
- Avant-propos
- Secrets et conseils
  
- d'une partie pratique étape par étape (Pas à Pas) :
  - Postures du technicien
  - Explication minutieuse et rigoureuse de chaque geste technique qui sera à pratiquer dans ce protocole.
  - 56 gestes à maîtriser techniquement

**5 cahiers de cours** seront mis à disposition du stagiaire ( fichiers PDF) :

- Protocole complet (35 pages)
- Accueil du client (8 pages)
- Contre-indications (9 pages)
- Les principaux Méridiens (18 pages)
- Matériel conseillé (4 pages)

La progression du stagiaire sera validée par un QCM après chaque chapitre (contrôle continu).

Une assistance pédagogique par email sera à leur disposition afin de répondre à toutes leurs éventuelles questions. Un suivi technique sera également disponible tout au long de la formation afin de répondre à toute difficulté qui pourrait être liée à l'accès ou à l'utilisation de la plate-forme.

## **CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION**

### **MODULE 1 (2 heures) – Introduction**

Présentation du massage, des mélanges d'huiles et d'huiles essentielles possibles en fonction des différents Doshas, des techniques de chauffage de l'huile et des bienfaits du bol Kansu.

### **MODULE 2 (2 heures) - Ayurveda**

Rappel des bases de l'Ayurveda et identification des 3 différents Doshas.



### **MODULE 3 (30 minutes) – Avant-propos**

Répétition des gestes en fonction de la condition physique de la personne massée.

### **MODULE 4 (2 heures 30) – Secrets et conseils**

Présentation du pas à pas. Conseils pour la réalisation du massage, rédaction d'une fiche technique, enregistrement d'un guidage audio... Conseils pour un massage fluide et efficace. Présentation des gestes techniques utilisés dans ce protocole et de la posture du technicien.

### **MODULE 5 (4 heures) – Le protocole Pas à Pas**

Apprentissage étape par étape des gestes techniques du protocole (56 gestes).

### **MODULE 6 (2 heures) - Séance complète d'une heure**

Visionnage d'une séance complète d'une heure, afin de bien voir l'enchaînement des gestes présentés lors de la mise en place du module 5.

## **EVALUATION EN CONTROLE CONTINU**

Chaque chapitre du programme est suivi d'un QCM permettant, moyennant 80% de bonnes réponses minimum, d'accéder au chapitre suivant.

Sans oublier qu'un suivi en continu sera assuré en fonction des questions techniques et pédagogiques de l'élève.

Un relevé de connexion sera effectué chaque jour par le stagiaire via un tableau partagé avec la formatrice.

En fin de parcours, un premier commentaire rapide sur le cours sera demandé au stagiaire. Le stagiaire se fera ensuite filmer en train de réaliser le protocole complet, tel qu'il a été enseigné dans le cours. Il fera alors parvenir à la responsable pédagogique cette vidéo qui sera ensuite analysée et fera l'objet d'un retour par visio sur les points forts et également les éventuelles faiblesses à corriger dans sa pratique. La responsable pédagogique pourra également échanger avec la personne filmée afin de recevoir son ressenti en vue d'améliorer la transmission du protocole.

A la suite de cela, ce dernier recevra par mail un questionnaire d'évaluation de la formation lui permettant de communiquer son ressenti sur divers aspects du cours (technique, communication, pédagogie, supports, etc.).



**Un certificat de réalisation** (attestation de présence et de réussite) sera alors envoyé à l'élève par mail.

### **ENCADREMENT DE L'ACTION DE FORMATION**

**Sylvie Nicouleaud, gérante et formatrice**, dispose des qualifications, références et expertise requises (y compris l'éducation, la formation, les connaissances et les compétences) pour enseigner sur les thématiques proposées.

Elle conçoit les protocoles, effectue les démonstrations des gestes en vidéo et audio et répond à toutes les questions tout au long de la formation.

### **CONDITIONS D'ACCÈS ET MODALITÉS D'INSCRIPTION**

Une **convention de formation**, accompagnée d'un devis, est adressée pour validation par le bénéficiaire (employeur ou individu) et sera à compléter et à nous retourner daté et signé (signature électronique) afin de finaliser votre inscription.

Après le délai légal de rétractation de 14 jours, L'entrée en formation est accordée sous réserve de pré-requis et elle est validée. L'élève reçoit alors l'accès aux cahiers de cours pdf ainsi que sa date d'accès au serveur de formation.

### **TARIF**

Le coût total de la formation s'élève à **1 700 € TTC** (dont TVA 20%).

### **Option : Impression d'un livre reprenant l'ensemble des cahiers de cours**

Coût de l'impression (74 pages) + frais de port : **75 € TTC** (dont TVA 20%).

### **ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

La loi du 5 septembre 2018 pour la « liberté de choisir son avenir professionnel » a pour objectif de faciliter l'accès à l'emploi des personnes en situation de handicap.

Notre organisme tente de donner à tous les mêmes chances d'accéder ou de maintenir l'emploi. Nous pouvons adapter certaines de nos modalités de formation, pour cela, nous étudierons ensemble vos besoins.



## **CONTACT**

Pour toute question, merci de contacter **Sylvie Nicouleaud** de préférence par mail [maelynevolution@gmail.com](mailto:maelynevolution@gmail.com) ou par téléphone au 06 32 69 10 81.