



FORMATION TUINA MINCEUR

(Massage chinois équilibrant corps et mental)

Le Tuina minceur est un massage énergétique chinois ancestral, caractérisé par la fluidité et la rapidité des gestes, ainsi que par des mouvements d'étirements. Par le travail effectué sur les méridiens, le Tuina (Tui Na) permet de favoriser la bonne circulation énergétique au niveau du corps et du psychisme.

L'utilisation de la ventouse en silicone (accessoire non médical) dans ce protocole permet d'ajouter un objectif minceur à ce massage, qui permet déjà de tonifier le corps et l'esprit.

85 vidéos vont vous accompagner dans votre apprentissage de cette technique exceptionnelle, que vous pourrez pratiquer rapidement et avec efficacité.

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 chinois Tuina
- Connaître les origines et les avantages de ce massage
- Connaître et 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 :
 - Alternances rotatives
 - Palpé roulé avec l'avant bras
 - Geste du "Rouleau à pâtisserie"
 - Tapotements en alternance avec les tranches des mains
 - Tapotements en alternance avec le bout des doigts
 - Fourchettes fixes



- Tapotements avec les mains en cloche
- Palpé roulé sur les para vertébraux
- Vibrations,
- Tapotements en alternance avec le poids des mains
- Utilisation de la ventouse
- 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 : 25 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, une ventouse en silicone et de l'huile adaptée (huile de Sésame, huile de Jojoba, huile d'Amande douce ou huile d'Argan) en fonction des allergies et/ou des intolérances de la personne.



La formation est constituée :

- d'une partie théorique :
 - Introduction (historique, origines du Tui Na, ...)
 - Objectifs du Tuina
 - Le Yin et le Yang
 - L'aspect "minceur" du programme
 - Les méridiens
 - L'utilisation de la ventouse
 - Avertissement et contre-indications

- d'une partie pratique étape par étape (Gestes techniques et Pas à Pas) :
 - Explication minutieuse et rigoureuse de chaque geste technique qui sera à pratiquer dans ce protocole.
 - 76 étapes à maîtriser techniquement professionnelle

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

- Protocole complet (82 pages)
- Aide-mémoire (11 pages)
- Accueil du client (8 pages)
- Les Méridiens (18 pages)
- Contre-indications (9 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 (30 minutes) - Introduction

Présentation théorique et historique du massage Tui Na. Rappel des origines du Tui Na et des principales branches de la Médecine Traditionnelle Chinoise.

MODULE 2 (1 heure) - A quoi sert le Tuina ?

Avantages et bénéfices de la technique.

MODULE 3 (30 minutes) - Ying et Yang

Présentation du symbole du TAO (Yin et Yang). Explication des différentes énergies liées au massage.

MODULE 4 (30 minutes) - Objectif Minceur

Mise en lumière des avantages de ce programme sur la minceur.

MODULE 5 (7 heures) - Les méridiens

- Présentation des principaux méridiens et de leur sens de circulation.
- Détail des 14 méridiens principaux (14 vidéos + cahier)

MODULE 6 (30 minutes) - Les ventouses

Présentation de l'utilisation des ventouses en silicone et conseils minceur.

MODULE 7 (2 heures) – Avertissement et contre indications

Rappel de l'objectif et des limites de ce protocole. Liste des contre-indications médicales à prendre en compte chez le client.

MODULE 8 (4 heures) - Gestes techniques

Présentation des 11 gestes techniques principaux du massage. Alternances rotatives, palpé roulé avec l'avant bras, Geste du "Rouleau à pâtisserie", Tapotements en alternance avec les tranches des mains, Tapotements en alternance avec les doigts, Fourchettes fixes, Tapotements avec les mains en cloche, Palpé roulé sur les para vertébraux, Vibrations, Tapotements en alternance avec le poids des mains, Utilisation de la ventouse.



MODULE 9 (7 heures) - Le protocole Pas à Pas : 76 étapes

Description et mise en situation des 76 gestes du protocole, l'un après l'autre.

MODULE 10 (2 heures) - Séance complète d'une heure

Visionnage d'une séance complète d'une heure, afin de bien voir l'enchaînement des 76 gestes présentés lors de la mise en place du module 9.

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 **2 200 € TTC** (dont TVA 20%).

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

Coût de l'impression (132 pages) + frais de port : **68 € 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 ou par téléphone au 06 32 69 10 81.