



**ACDP
FORMATION 82**

Bien-être et Esthétique

SASU BARTH EVELYNE

DURÉE

2 jours (14h)

TARIF

Particuliers : 460 €

Pris en charge : 560 €

8 STAGIAIRE MAXIMUM

PRÉ-REQUIS

Occuper un poste dans un salon de soins esthétiques ou dans une structure médicale ou paramédicale ou avoir un projet d'installation en pratique de massages bien-être

PUBLICS

Toute personne souhaitant :
- travailler dans des instituts ou centres de beauté des établissements de soins, de cure, de convalescence, de réadaptation...
- ou utiliser le massage bien-être dans son cadre professionnel : masseurs, kinésithérapeutes, ostéopathes, naturopathes, sophrologues, coachs sportifs,...

CONTACT

06 59 92 22 91

147 avenue Aristide Briand

82 000 MONTAUBAN

www.acdpformation82@gmail.com



L. 6313-1-1 Actions de formation

Version sep.2022

ANATOMIE PALPATOIRE

DIFFICULTÉ



TYPE

- Cours Théorique -

MATÉRIEL

- Sans -

VALIDATION

- Attestation de formation -

Cette formation, dirigée par notre formateur ostéopathe, aura un double objectif :

- Avoir des connaissances précises sur le plan anatomique pour renforcer votre professionnalisme auprès de votre clientèle. Une bonne connaissance des muscles du corps, des principales articulations ou encore des os est essentielle pour un masseur bien-être. - Connaître les contre-indications générales au massage bien-être et celles spécifiques à chaque techniques. Les masseurs bien-être sont confrontés à des situations chaque jour qui nécessitent une réponse adaptée pour ne pas avoir une action négative sur le massé.

PROGRAMME

- Présentation
- Les axes du corps humain.
- Les os et muscle du corps humain.
- Les différents Systèmes du corps : Le système digestif - Le système nerveux - Le système sanguin - Le système lymphatique.
- La structure de la peau.
- Les caractéristiques de la peau.
- Mise en Pratique : anatomie palpatoire.
- Débriefing - Questions / Réponses.
- Remise d'une attestation de formation.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Savoir définir les principaux os, organes, systèmes et axes du corps humain, aussi bien visuellement qu'à la palpation.
- Votre formateur, ostéopathe diplômé et expérimenté, vous apportera les éléments nécessaires à la connaissance du corps humain.

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Alternance d'exposés suivis de questions-réponses et d'échanges avec les participants et de mises en situation.
- Exercices individuels et en sous-groupes – Jeux de rôles – Cas pratiques
- Remise d'un support pédagogique : cours théoriques + protocoles.
- Salle de formation équipée des matériels adaptés au cours : tables, vidéo projecteur, accessoires, tableau...

MODALITES :

- Stage de formation en présentiel et travail personnel.
- Prévoir : - 1 stylo - 1 bouteille d'eau.
- Salle de restauration sur place. Les repas ne sont pas pris en charge par l'organisme de formation.

HORAIRES :

- 9h00-12h00 / 14h00-17h00 (horaire de pause variable)

ÉVALUATION :

L'évaluation des compétences est réalisée en cours de formation sous forme de mises en situation professionnelle : étude de cas, cas pratique, QCM.



**ACDP
FORMATION 82**

Bien-être et Esthétique

SASU BARTH EVELYNE

NOTRE CENTRE

- Accès aux personnes à mobilité réduite
- Restaurants, épicerie et boulangerie à moins de 10 min à pied
- Salle de repas & Terrasses extérieures
- Locaux neufs, lumineux et climatisés de 125 m2
- A 2 minutes de la sortie autoroute A20
- Places de parking public gratuites
- Bus & Train à 600 mètres
- Hôtels & bnb à moins de 1 minute à pied



CONTACT

06 59 92 22 91

147 avenue Aristide Briand

82 000 MONTAUBAN

www.acdpformation82@gmail.com



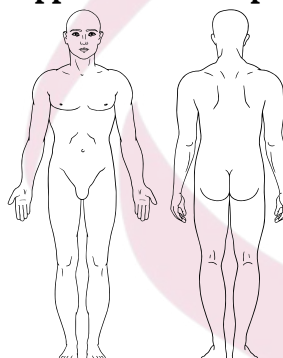
L. 6313-1-1 Actions de formation

Version sep.2022

ANATOMIE PALPATOIRE

CONTENU DE LA FORMATION

- **Accueillir et analyser le corps des clients**
- **Connaitre les systèmes fondamentaux et l'anatomie du corps humain pour pratiquer les bases du massage bien-être.**
- **Visualisation et techniques applicables aux corps :**



- **Techniques avancées, planches anatomiques**
 - Support visuel par des planches anatomiques.
 - Visualisation par vidéo projecteur et palpation sur corps.
- **Techniques personnelles de bien-être et santé :**
 - Échauffements et étirements.
- **Posturologie :**
 - Les erreurs posturales et leurs conséquences
 - Adapter la bonne posture, afin d'éviter les traumatismes corporels.
 - Gérer sa respiration en fonction de la posture pour éviter la fatigue.
 - Adopter des postures en lien avec l'encrage énergétique
- **Les règles de sécurité dans le massage :**
 - Organiser et entretenir son espace de travail en respectant les normes d'hygiène et de sécurité.
 - Le positionnement et le rapport dans la relation avec le client : savoir respecter une « distance » avec le client et créer une relation de confiance.

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

Un entretien préalable à la formation est réalisé avec la personne en situation de handicap, cet entretien concerne uniquement les aspects fonctionnels, en aucune façon il n'est demandé des informations d'ordre médical.

Une durée adaptée et des aménagements de la formation ainsi que des modalités adaptées de validation de la formation (certification) sont alors mises en œuvre. Si nécessaire et en accord avec les personnes concernées, celles-ci sont mises en relation avec les structures d'accompagnement telles que la Maison Départementale de l'Autonomie, Cap Emploi, AGEFIPH



Le centre de formation est un bâtiment neuf aux normes ERP.

Page 2