

MASSAGE CRÂNIEN BIEN ÊTRE Méthode 2 : Shiatsu

Rappel des objectifs opérationnels de formation

A l'issue de la formation, les apprenants seront capables de :

- Identifier l'anatomie de la boîte crânienne et des cervicales.
- Identifier les méridiens du corps et les flux énergétiques
- Préparer le massé et son environnement
- Maîtriser les techniques du massage Shiatsu
- Décrypter les différentes zones et les bienfaits du massage

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES	CONTENUS (PROGRAMME)	METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES	SUPPORTS PEDAGOGIQUES	MODALITES D'EVALUATION	DUREE INDICATIVE DE LA SEQUENCE
JOUR 1 MATIN					
Identifier l'anatomie de la boîte crânienne et des cervicales	Localiser les 8 os de la tête osseuse (crâne) et les 14 os de la face. Déterminer les 7 vertèbres du cou nommée la colonne cervicale.	Démonstration et apprentissage.	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices schématiques sur une tête en polystyrène fournie par OF	30mn
Comprendre la cartographie des méridiens et leur attachement à un organe.	Identification et fonctions des 9 méridiens YIN et YANG Catégoriser la boîte crânienne en 5 zones précises de A à E, chaque zone en rapport avec un organe.	Démonstration et apprentissage.	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices schématiques sur une tête en polystyrène fournie par OF	30 mn
Discerner les points de pression sur le trajet d'un méridien.	Méthode et dosage des pressions sur les zones ou trajets spécifiques le long des méridiens.	Démonstration et apprentissage	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices schématiques sur une tête en polystyrène fournie par OF	1h30mn
Poser un diagnostic avant le massage Shiatsu	Liste des contre-indications et des précautions à prendre lors d'une séance de massage Shiatsu.	Démonstration et apprentissage	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices pratiques sur un modèle. (Chaque apprenant sera, à tour de rôle, le massé et le masseur)	30mn

Francine Ladrière.

CRÉATRICE D'IMAGE

Comprendre les buts et bienfaits du massage crânien Shiatsu	Énumération des bienfaits sur les cheveux et sur la circulation sanguine	Démonstration et apprentissage	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices pratiques sur un modèle. (Chaque apprenant sera, à tour de rôle, le massé et le masseur)	1h
JOUR 1 APRES-MIDI					
Préparer une séance de massage Shiatsu	Préparation d'un environnement adapté avec des critères précis d'hygiène. Mise en condition du donneur (masseur) et du receveur (massé)	Démonstration et apprentissage. Mise à disposition d'un salon de coiffure avec bac à shampooing. Mise à disposition des produits de soin et d'hygiène.	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices pratiques sur un modèle. (Chaque apprenant sera, à tour de rôle, le massé et le masseur)	30mn
Maitriser les techniques du massage bien être Shiatsu	S'exercer au massage sur les différents vaisseaux rencontrés le long des méridiens. Suivre les 20 étapes pas à pas pour une efficacité optimum du massage.	Démonstration et apprentissage. Mise à disposition d'un salon de coiffure avec bac à shampooing. Mise à disposition des produits de soin.	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices pratiques sur un modèle. (Chaque apprenant sera, à tour de rôle, le massé et le masseur)	2h
Finaliser le rituel du massage Shiatsu.	Apprendre à clôturer le massage Shiatsu.	Démonstration et apprentissage. Mise à disposition d'un salon de coiffure avec bac à shampooing. Mise à disposition des produits de soin.	Remise d'un dossier pédagogique détaillé	Exercices pratiques sur un modèle. (Chaque apprenant sera, à tour de rôle, le massé et le masseur)	30mn