

## Formation au massage californien

Le Massage californien est le massage bien-être par excellence.

Ce massage polyvalent et adaptable permet un entretien de la vitalité et de la santé.

Essentiellement constitué de pressions glissées superficielles, avec des mouvements amples et fluides, il se complète d'étirement doux de la plante des pieds à la racine des cheveux.

Bien que notre formation soit assurée par des kinésithérapeutes, elle est ouverte à tout public non professionnels de santé.

Comme toute formation massage bien-être ou de confort, cette pratique de massage californien peut être exercée dans le cadre d'une profession, avec la restriction de ne pas l'utiliser dans un but thérapeutique (qui dans ce cas deviendrait une pratique illégale la masso-kinésithérapie).

### Objectifs de la formation :

- Acquérir des connaissances théoriques actualisées sur le massage californien
- Maîtriser les outils et gestes techniques pour assurer détente, bien-être et sérénité.
- Gérer les attentes du patient, la sécurité, l'ergonomie et le confort

**Concepteur :** Gil Amsallem

**Intervenant :** Gil Amsallem

**Public visé :** Tout public

**Prérequis :** aucun

### Compétences professionnelles visées :

Réaliser des actes techniques de confort, massage, bien-être et détente.

**Programme et durée :** 2 jours (14 h, soit 8 h + 6 h).

#### Jour 1 - Découverte

9 h - 13 h

- Présentation et introduction du massage californien, histoire, philosophie et démonstration.

14 h – 18 h

- Installation et gestes techniques de base.

#### Jour 2 - Approfondissement

8 h - 11 h

- Réalisations sur les différents segments corporels en binôme.

11 h – 14 h

- Massage complet réalisé en binôme

**Moyens pédagogiques et techniques :** Tables, chaises, vidéoprojecteurs, tables de pratique médicale, salle de cours, formateur diplômé dans la spécialité (Masso-kinésithérapie)

**Supports pédagogiques :** Documents informatiques illustrés détaillant les différentes techniques et reprenant les connaissances acquises est transmis à chaque participant. L'apprentissage s'effectuant par des travaux pratiques et des études de cas, le matériel de pratique est prêté aux stagiaires sur le lieu de stage.

**Moyens de suivi de la formation et appréciation de ses résultats :** Feuille d'émargement biquotidienne, tests qcm pré et post formation et entretien individuel.

#### **Les + de la formation :**

- formation développée pour et par les soignants
- directement utilisable quel que soit le métier

**Lieu :** en centre de formation/ sur site

**Coût total :** 400 €

**Mots-clés :** Massage – Californien – Bien-être – Détente – Santé

#### **Références :**

- Abrassart J.L. Massage californien : Un toucher qui fait du bien - Un corps qui parle, Guy Trédaniel, 2004.
- Campan H. ; Le Massage californien - Un massage relaxant et harmonisant, Grancher, 2016
- Berger C. Posturologie du massage - Comment masser sans se blesser ni se fatiguer, Dangles, 2015
- De Cointet E. S'établir praticien massage bien-être : L'essentiel à savoir pour se lancer, Le Souffle d'Or, 2011
- Largier G. Comprendre et pratiquer les thérapies psychocorporelles de Guy Largier, InterEditions, 2008
- Une thérapie manuelle de la profondeur : Méthode Danis Bois, fasciathérapie-pulso... de Danis Bois, Eve Berger, Jean Alessandri et Marc Humpich (1 janvier 1990)
- Ostéopathie, énergétique Chinoise... de Pascal Pesselon (16 février 2012)
- Physiologie humaine : Les mécanismes du fonctionnement de l'organisme - Vander, Sherman, Luciano de Eric P. Widmaier, Hershel Raff, Kevin-T Strang et Jean-Luc Pradel (28 mai 2009)
- DVD le solfège du massage – Gil Amsallem – Get a Way Production - 2012