



Programme de formation **Thaï tête & mains**

Public visé : Tout public

Pré-requis : aucun

Objectifs de formation :

- Intégrer l'éthique des Arts du Bien-Être.
- Savoir faire un massage-bien-être des mains et de la tête avec une variété de manœuvres, des connaissances, et des techniques immédiatement applicables.
- Gérer une séance et ses effets : le temps, l'attention, les émotions, le protocole, le "réveil", le bilan (avant et après la séance).
- Répondre au besoin du client.

Contenus de formation :

Jour 1 La Tête – 8 h

Les bases de la méthode

- Généralités sur le massage-bien-être de la tête selon l'approche Thaï
- Acquisition de manœuvres de base simples et naturelles au travers d'une séance s'adressant à la globalité du corps.
- Les trois grandes phases :
 - Echauffement par compression avec la paume de la main de la zone à travailler
 - Pressions digitales effectuées le long des principaux Sen (lignes d'énergie ou méridiens)
 - Etirements afin d'activer l'énergie et de relaxer le système nerveux et musculaire
- Exercices d'assouplissement, de concentration, de respiration, travail sur sa propre assise pour faciliter le massage-bien-être et éviter les fatigues.
- Les conditions matérielles (habillement, local, tables, futon, musique, température...).
- Les divers positionnements du receveur et du praticien.
Travail, personne en couché dorsal, en couché latéral, en couché ventral et en station assise
- Les limites du champ d'intervention du massage-bien-être et le rôle du praticien.
- Evaluation

SUNTAYA SARL au capital de 15000 €
484622063 RCS de Saint-Brieuc - APE : 8559A
Siège : 54 rue Bagot 22000 Saint-Brieuc



Jour 2 Les Mains - 8 h ***Les bases de la méthode***

- Apprentissage des techniques liées aux mains.
- Optimisation du maintien corporel (fluidité, assise, présence, distance).
- Développement de la dimension relationnelle à soi, à l'autre, au travers de mise en situation supervisée.
- Apprendre à faire des massages-bien-être courts, partiels, à s'adapter rapidement aux divers contextes professionnels
- Exercices de sensorialité, de respiration de concentration et travail de la fluidité.
- Valorisation de la démarche professionnelle.
- Evaluation

Moyens et méthodes, pédagogiques :

- Lors de la formation, l'accent est mis sur la pratique. Suite à une démonstration, chaque participant successivement donneur et receveur, apprend des techniques précises.
- Une attention particulière est portée sur la gestuelle du praticien.

Evaluation des acquis de la formation :

- Approfondissement de la communication concernant l'accompagnement par le toucher : écoute, reformulation, communication verbale et non-verbale.
- Apprendre à faire des massages-bien-être courts, partiels, à s'adapter rapidement aux divers contextes professionnels.
- Valorisation de la démarche professionnelle.
- Certification après validation de 30 massages-bien-être individuels et évaluation sommative.

Qualités du/des formateurs : Gilles LE PICARD, formateur référent Suntaya. Diplômé de la Old Medecine School et de Wat Po (Thaïlande)