



eSens

Création d'atelier, formation et

massage bien-être sur mesure

Formation Massage Suédois

4 jours / 28 heures

Programme

JOUR 1

- Introduction et origine du Massage Suédois
- Démonstrations des manœuvres du Massage Suédois: effleurage, friction, pétrissage, percussion et vibration ; pour chacune des manœuvres sa description, sa pression, son rythme et ses effets
- Postures de travail autour de la table de massage
- Pratique en binômes

JOUR 2

- Anatomie de la face postérieure, dos et membres inférieurs
- Démonstrations des manœuvres avec le coude ou avec l'avant-bras
- Structuration et construction du protocole de Massage Suédois pour la face postérieure du corps
- Pratiques en binômes
- Contre-indications du Massage Suédois

JOUR 3

- Révision du protocole de Massage Suédois de la face postérieure
- Anatomie de la face antérieure (tronc et membres supérieurs)
- Structuration et construction du protocole de Massage Suédois de la face antérieure du corps
- Pratiques en binômes

JOUR 4

- Questions / Réponses
- Supervision de groupes sur les différentes thématiques abordées
- Evaluations et corrections
- Réalisation du protocole complet dans le cadre d'une séance d'une heure

Objectifs

- Acquérir un protocole de Massage Suédois
- Enrichir et actualiser ses connaissances en techniques de bien-être

Pédagogie

- Démonstration pratique par le formateur
- Pratiques en binômes supervisés
- Révisions orales et pratiques
- Questions et réponses
- Exercices de mouvements corporels
- Exercices posturaux

Modalités de contrôle des connaissances

- Evaluation des acquis du stagiaire par :
 - des tests de contrôle des connaissances
 - des entretiens réguliers lors de la formation
 - la réalisation du protocole complet en fin de formation

1^{er} partie de la formation : 29 et 30 avril 2023

- Acquisition des manœuvres fondamentales pour la mise en place des protocoles du Massage Suédois et construction du protocole pour la face postérieure du corps

Pratique hors stage conseillée du 1 mai au 26 mai 2023

- Au moins 6 séances de massage à effectuer.

2^{ème} partie de la formation : 27 et 28 mai 2023

- Révision du protocole de massage de la face postérieure du corps
- Construction du protocole pour la face antérieure du corps



Moyens techniques

- Salle de formation
- Tables de massage
- Supports pédagogiques et fiche de suivi pratique remis lors de la formation

Moyen de suivi

- Signature de la Feuille de Présence par demi-journée
- Remise d'une attestation individuelle de suivi de formation

Public

- Tout public

Tarif : 560€

Non éligible par les OPCO

Durée : 4 jours / 28 heures

Horaires : 9h30 - 17h30 avec 1h de pause déjeuner

**Adresse : 18 Rue Aux Moines
78700 Conflans-Sainte-Honorine**

Date : 28, 29 avril 2023 et 27, 28 mai 2023





Katia Fernanda Dias

Parcours

19 ans d'expérience dans le domaine du bien-être

7 ans d'expérience dans la formation professionnelle

- Création d'atelier sur-mesure pour les collectivités et entreprises,
- Conception de protocole de soin signature pour les marques de cosmétiques,
- Formation individuel et collective,
- Enseignement et consolidation des techniques de massage bien-être,
- Développement des qualités biodynamiques,
- Transmission de massage et du toucher nourrissant autour de la parentalité
- Sensibilisation aux polluants d'intérieur,
- Praticienne de massage bien-être et massage biodynamique.

Formation

Formée en Diététique par l'école Carlos de Campos à São Paulo - Brésil
Certifiée en Massage Suédois méthode du Dr. Ferrandiz Santiveri par l'école ITASE à Barcelone - Espagne.

Certifiée en Réflexologie Plantaire par ART à Barcelone - Espagne.

Formation en Santé Environnementale module théorique par WECF à Paris - France.

Formation de Massage dans les Ecoles par MISA International à Paris - France.

Certificat de spécialisation en Massage Biodynamique par Biopulse à Paris - France.

Contact

Je suis à votre disposition pour tout complément d'information.



Katia Fernanda DIAS DE SOUZA

Formatrice et Praticienne de massage
bien-être biodynamique

07 83 40 80 97

8esens.formation@gmail.com

www.8esens.fr

Langues: français, espagnol portugais

*" Toucher c'est écouter les mots du silence
avec respect et amour. "*

Johann Wolfgang Goethe

