

LE MASSAGE & RÉFLEXO ROSE ÉQUILIBRE

Édition 2024

Objectif :

Pratiquer professionnellement le massage et réflexologie Rose Équilibre

Technique à but non thérapeutique mais dont les effets peuvent être thérapeutiques.

Cette formation vous apporte le savoir-faire et les outils nécessaires à la pratique du Rose Équilibre s'inscrivant ou non dans une activité en cours ou un projet de développement d'une activité professionnelle en massage bien-être ou complémentaire au massage bien-être.

Description du Rose Équilibre:

Le Rose Équilibre se pratique sur une table, sur une personne en sous-vêtements, et elle est réalisée avec une huile élaborée à base d'huiles végétales et d'huiles essentielles pour en augmenter l'efficacité (formation complémentaire : **Aroma & Olfacto**).

C'est une technique d'1 heure.

La réalisation d'une séance de Rose Équilibre permettra d'être radieux et rayonnant grâce à l'obtention d'un état de bien-être et d'harmonie.

C'est une méthode en résonance avec la féminité de l'être, en raison de l'utilisation d'Absolu de Rose.

Cette technique nous amène dans un état de relaxation et de bien-être absolu, un renforcement du corps et de l'esprit conduisant à un meilleur équilibre de l'organisme.

Une aide très efficace contre la tristesse, la mélancolie, les angoisses, les mécontentements, la tension nerveuse, l'humeur, en facilitant l'émergence du bon caractère.

- ✓ Renforce la vitalité
- ✓ Soulage les désagréments liés à la féminité
- ✓ Aide à prévenir le vieillissement cutané
- ✓ Diminue les sensations de lourdeur et de congestion
- ✓ Améliore la mauvaise circulation veineuse et lymphatique
- ✓ Aide à l'élimination des toxines
- ✓ Aide à lutter contre la nervosité, l'anxiété
- ✓ Procure un état de bien-être et de relaxation
- ✓ Permet un renforcement du corps et de l'esprit
- ✓ Est une aide très efficace sur la tristesse et la mélancolie

Compétences visées :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Réaliser l'intégralité du protocole de la technique enseignée en 1 heure auprès de sa clientèle dès la fin de la formation
- Respecter les indications et contre-indications relatives à la technique enseignée en prenant en compte les préférences et particularités des clients
- Être initié à l'énergétique, la lithothérapie, le Dien Chan et comprendre la logique du Rose Équilibre et tout ce qu'il implique et nécessite comme savoir-être et savoir-faire vis-à-vis de la clientèle
- Connaître et adopter les postures, précautions et gestes de bases qui permettent de pratiquer dans des conditions ergonomiques optimales pour le professionnel

Durée :

21 heures sur 3 jours + 2h30 pour la validation pratique de la technique 3 mois après.

Horaires : 9h – 17h comprenant 1 heure de pause déjeuner

Tarifs et dates :

Consulter les documents PDF sur le site à visionner en ligne ou à télécharger sur www.cfle.fr .

Déroulement :

La formation est organisée en 3 journées de 7 heures et 2h30 pour la validation :

- Après une présentation la première journée, chaque journée commence par la révision des gestes appris la veille.
- Le cours alterne les apports théoriques et pratiques du formateur en alternance avec la réalisation des parties techniques par les stagiaires en fonctionnement de binômes.
- Le dernier jour, un questionnaire écrit et une mise en situation constituent les évaluations théorique et pratique des stagiaires.

Contenu :

- Postures à adopter afin de travailler sans force ni fatigue pour pratiquer dans la durée et en préservant sa santé
- Corrélation entre tous les gestes et leur juste place dans le protocole afin de suivre une logique en respect de la visée de la technique du Rose Équilibre
- Bienfaits physiologiques et psycho émotionnels

Évaluation et suivi

Pour valider ses compétences pour la pratique de la technique du Rose Équilibre, le stagiaire doit :

- ✓ suivre avec satisfaction l'intégralité de la formation et remplir l'évaluation écrite du dernier jour ;
- ✓ effectuer, dans les 3 mois après la fin de formation, les 20 séances de la pratique enseignée demandées en relevant les témoignages sur un support relié (cahier ou livre) ;
- ✓ se présenter pour la validation de la technique, à l'issue des 3 mois passé la formation, avec un modèle afin de réaliser une pratique d'1 heure dans le cadre d'une mise en situation sur le site de CFLE Les Essentiels.

Les dates des validations sont visibles sur le calendrier des formations.

Les modalités d'évaluation d'acquisition des compétences :

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances ou les gestes professionnels précisés dans les objectifs et compétences sont :

- ✓ Questionnaire écrit (QCM et questions ouvertes...) le dernier jour pour évaluation des acquis théoriques
- ✓ Evaluation d'observation pratique en continu pendant toute la durée de la formation
- ✓ Mise en situation le dernier jour pour évaluation des acquis pratiques
- ✓ Mise en situation 3 mois après la formation pour évaluation des acquis pratiques avec expérience

CFLE Les Essentiels délivre une attestation de formation reconnue par la FFMTR.

CFLE Les Essentiels délivre une attestation de validation de pratique de la technique transmise.

En cas de technique non acquise et en cours d'acquisition selon les critères du centre, il est possible de repasser la validation à la session suivante selon le calendrier des formations à la carte. Cela impliquera une tarification supplémentaire de 50€.

Suivi de l'exécution

- Un questionnaire préalable à la formation est envoyé à chaque stagiaire afin d'évaluer les attentes et les besoins spécifiques des stagiaires,
- Une fiche de suivi pédagogique de l'action de formation est établie pour le module,
- Des feuilles d'émargement quotidiennes sont signées des stagiaires et du formateur par demi-journée ainsi que des attestations de présence individuelle.

Public concerné :

Professionnels de la gestion du stress, du domaine médical et/ou paramédical, du service à la personne, du bien-être et de l'esthétique ou professionnel en reconversion.

Cette formation est destinée aux professionnels, débutants ou en activité ; pour démarrer son activité de praticien du bien-être ; pour améliorer son savoir-faire et proposer des prestations complémentaires ; pour effectuer une reconversion professionnelle, changer de métier.

Pré-requis :

Cette formation est accessible à tout public apte à exercer une activité physique et à recevoir des massages bien-être et sur motivation du projet.

- CV et lettre de motivation
- Certificat médical attestant que l'apprenant ne présente aucune des contre-indications à la pratique d'une activité physique et pour recevoir un massage bien-être.

Modalités d'accès :

L'inscription est réputée acquise dès que CFLE Les Essentiels reçoit, par courrier postal, l'intégralité des pièces demandées sur le bulletin d'inscription disponible sur le site www.cfle.fr.

Toute inscription sera précédée d'un entretien physique ou téléphonique avec la direction de CFLE Les Essentiels.

Formalités administratives :

Sont remis aux stagiaires avant la formation :

- Programme de formation
- Conventions de formations ou contrat de formation pour les personnes particulières se finançant la formation (incluant le règlement intérieur et le formulaire de droit à l'image)

Pédagogie et organisation :

Supports pédagogiques :

Un livret pédagogique est remis à chaque stagiaire.

Méthodes pédagogiques et organisation :

Après une démonstration effectuée par le formateur sur un des élèves qui se porte volontaire les stagiaires travaillent toujours en binôme : receveur puis donneur.

Le protocole est divisé en séquences ; chaque matin les séquences de la veille sont pratiquées à titre de révision avant de continuer le protocole.

CFLE Les Essentiels a fait le choix de limiter l'effectif à 12 personnes maximum par session.

Pour que l'humain s'adresse à l'humain, il est essentiel que l'apprentissage lui-même se fasse à échelle humaine.

Salle de formation et équipement :

- Une table de massage est mise à disposition de chaque binôme le temps de la formation
- Nos salles de formation sont adaptées aux différents besoins (surface, insonorisation...)
- La restauration n'est pas prévue sur place. Le centre est fermé pendant la pause méridienne.

Pour des raisons d'hygiène chaque stagiaire doit fournir le linge à la pratique de la technique pendant toute la durée de la formation. Une liste de fournitures par formation lui est communiquée lors de son inscription initiale.

Equipe pédagogique :

La formatrice est une professionnelle formée aux techniques CFLE Les Essentiels, à l'écoute et installée depuis plusieurs années ; sa présentation est consultable sur le site www.cfle.fr.

Appréciation des résultats :

- A la fin de chaque formation, chaque stagiaire est invité à remplir un questionnaire d'appréciation de la formation, du centre de formation et de la prestation du formateur sur plusieurs questions afin d'évaluer le degré global de satisfaction et de pouvoir dégager des axes d'amélioration le cas échéant. Ces indices et appréciations sont synthétisés et reportés sur le site www.cfle.fr.
- Une grille d'évaluation (à froid) de l'impact de la formation est envoyée par mail aux stagiaires 3 mois après la formation.

Catégorie et but :

Articles L.6313-1 et L.6313-3 : Action de formation qui a pour but de permettre à toute personne sans qualification professionnelle ou sans contrat de travail d'accéder dans les meilleures conditions à un emploi.

Programme de la formation

Jour 1 : 7 heures

Théorie :

Accueil et présentation des stagiaires et de leur projet et du centre de formation

Présentation de la technique :

- Vertus de la Rose et des différents outils de la technique
- Absolu de Rose : ouverture du cœur et féminité
- Pour le travail de réflexologie et acupression visage
 - Définition du principe de la réflexologie
 - Définition et terminologie du Dien Chan

Pratique :

Apprentissage des postures de base

Apprentissage des gestes de base

Appropriation des cristaux de quartz rose

Apprentissage des gestes du visage et début de séance

Apprentissage des gestes du ventre et étirements abdominaux

Récapitulatif protocole et travail complémentaire

Jour 2 : 7 heures

Théorie :

- Contextualisation et conseils
- Bienfaits, indications et contre-indications

Pratique :

Révision des gestes du visage, début de séance et du ventre

Apprentissage des gestes des jambes devant

Récapitulatif protocole et travail complémentaire

Jour 3 : 7 heures

Théorie :

- Pour le travail du dos avec les quartz roses
 - Définition et principes de la lithothérapie
 - Vertus des quartz roses

Pratique :

Révision des gestes du ventre et étirements abdominaux

Révision des gestes des jambes devant

Apprentissage des gestes des jambes derrière et dos

Approfondissement de gestes à la demande des élèves

Questions- réponses

Evaluations :

Evaluation pratique

Questionnaire de satisfaction à chaud

Jour de la validation : 2 heures 30

Pratique : 1 heure

Théorie : 30 minutes

Retour et finalisation : 1 heure

Réalisation de la pratique sur modèle – mise en situation professionnelle

Questionnaire écrit – QCM et questions ouvertes

Retour de la formatrice sur la pratique de chaque stagiaire