



# Massage énergétique ménopause

Proposez un massage spécifique relaxant, drainant et dynamisant aux femmes traversant cette période de la péri-ménopause à la ménopause.

**Formateur·rice(s) :**

## Objectifs visés

- Réaliser les manœuvres de massage en maîtrisant ses gestes et ses postures
- Identifier la ménopause et ses manifestations physiologiques et émotionnelles
- Appliquer et maîtriser les techniques de digitopression
- Elaborer un rituel sur mesure
- Mettre en œuvre une séance complète de massage

## Méthodes d'évaluation

- Quiz
- Cas pratique
- Jeu de rôle / Simulation

## Déroulé pédagogique

### Journée 1

- Qu'est-ce que la ménopause & ses manifestations ?
- Apprentissage des séquences de massage : lissage, effleurage, pression glissée, modelage drainant, massage spécifique avec ballon
- Apprentissage des séquences de digitopression
- Développer sa capacité à proposer un rituel sur mesure composé de différentes séquences
- Mise en pratique du protocole complet



## Informations complémentaires

**Durée :** 7 heures de formation sur 1 jour

**Pré-requis :**

- aucun

**Public concerné :** Vous êtes un(e) professionnel(le) du bien-être et de l'accompagnement corporel

**Tarif** 270,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)