



## **INTERVENANT EN TOUCHER RELAXANT ÉVOLUTIF© FUHEN** **Massage de confort et de bien-être**

### **La formation proposée permet d'apprendre à**

- connaître et à comprendre la philosophie et le savoir-faire du toucher relaxant évolutif Fuhén
- donner des séances de Fuhén permettant au client de vivre une détente physique profonde.
- identifier et mettre en pratique les attitudes et comportements posturaux nécessaires pour préserver son énergie au cours de la séance
- se sentir à l'aise dans le déroulement d'une séance dans le domaine du toucher relaxant

### **DUREE**

#### **117 heures sur 6 mois**

- 9 jours de formation : 64 heures - Stage pratique et démonstration de compétences : 53 heures minimum

### **OBJECTIFS**

- de pratiquer un massage corporel relaxant et harmonisant sur autrui
- d'acquérir les attitudes et comportements nécessaires pour préserver son énergie au cours de la séance
- de développer une approche intuitive pour mieux adapter les gestes aux besoins de l'autre

### **NIVEAU REQUIS** Tout public

Certificat médical autorisant la pratique du massage bien-être

### **DATE**

**Session Mai 2012** : 5-6 mai + 9-10 juin + 15-16 sept + 6-7 oct + 27-28 oct + 24 nov

### **TARIF 1800 € + Frais d'inscription : 50 €**

Remise sur le prix de la formation si inscription 3 mois avant le début de la formation pour les particuliers : 1710 €

### **LIEU** Montereau - 77

### **FORMATRICE**

- **Marie-Claire PENOT** Formée au massage Universam - Pratique depuis plus de 10 ans - Conceptrice et Formatrice du FUHEN - Toucher Relaxant Évolutif

### **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

- Apports conceptuels - Échanges entre les participants - Observation- Pratique d'exercices d'application - Démonstration et pratique sur modèles

### **OBTENTION DU TITRE D'INTERVENANT EN TOUCHER RELAXANT ÉVOLUTIF©**

- Présence aux journées de formation - Pour une pratique professionnelle, validation de la pratique après production d'un rapport de stage, supervision et démonstration de compétences.

Le Toucher Relaxant Évolutif© est pratiqué par des personnes non formées à la kinésithérapie. Il se pose comme une technique pour le bien-être et la relaxation. Il ne peut pas se substituer à un massage thérapeutique pratiqué par les masseurs-kinésithérapeutes diplômés.



Le Toucher Relaxant Evolutif© est un concept original basé sur le "prendre soin" du corps et de l'individu dans son intimité et avec un profond respect. Le toucher est enrobant et doux, et met en valeur une synergie de différentes approches (californienne, suédoise, orientale, indienne, ...). Cette formation présente comme particularité un accompagnement spécifique du praticien sur sa préparation et son positionnement pendant la séance, pour apprendre à éviter la fatigue, la déperdition d'énergie, et favoriser une récupération rapide après la séance. Beaucoup d'attention est aussi portée au respect de l'intimité, que l'on soit à l'aise avec son corps ou non. Différents espaces de paroles permettent d'aborder des questions pratico-pratique ...

### **Histoire et philosophie du massage**

- Différences entre le massage thérapeutique, le massage esthétique et le Toucher Relaxant Evolutif©
- Définition et philosophie du Toucher Relaxant Evolutif©, un moyen de communiquer ensemble !
- Les différentes techniques employées dans cette approche : californienne pour retrouver bien-être à base de grands mouvements enveloppant sur tout le corps, suédoise à base d'étirements, orientale et chinoise à base d'acupression et de points de stimulation rééquilibrant et indienne à visée tonifiante

### **Préparation de l'intervenant en Toucher Relaxant Evolutif©**

Une attention particulière est accordée pendant la formation à sa préparation.

- Techniques de respiration et pratique
- Techniques de centrage et d'échauffements simples physiques et énergétiques du corps
- Mouvements de relaxation du corps et de dynamisation de l'énergie
- Techniques d'auto-massage pour éviter la fatigue, pour se maintenir en forme. Planches des zones réflexes des pieds, des mains, des oreilles et du visage
- Techniques de renforcement de sa confiance en soi dans cette pratique
- Aide pour trouver sa place, son positionnement dans la pratique du massage relaxant

### **Apprentissage pratique**

- Entraînement ciblé pour aider à trouver son rythme personnel
- Pratique en salle de formation sur soi pour ressentir les effets du massage, sur modèle pour apprendre les mouvements des différentes parties du corps : dos, jambes, pieds, thorax, bras, mains, cou, tête
- Jusqu'à arriver à un massage complet du corps
- Les différents enchaînements et séquences possibles
- Pratique en inter-session pour développer la maîtrise des mouvements
- Observations et perceptions des sensations corporelles, adaptation du toucher en fonction du ressenti
- Développement de sa capacité d'adaptation à suivre les sensations perçues

### **Conduite de séance**

- Conduite à tenir lors de la prise de RDV téléphonique selon les situations
- L'accueil de la personne lors de la séance
- L'attitude général du praticien envers son client
- Savoir se centrer et se mettre à l'écoute de l'autre
- Le respect de l'intimité, les positions et comportements et communication vis-à-vis de l'autre, pendant tout le déroulement de la séance
- La logistique autour d'une séance : les huiles à utiliser, la table, l'hygiène, la musique d'ambiance, ... -

### **Utilisation professionnelle du Toucher Relaxant Evolutif©**

- Pratique en cabinet individuel
- Pratique en Institut Esthétique, SPA, ...