



Progressez plus rapidement grâce au soutien du groupe.

## Bertrand CHARRIER

Je suis praticien-formateur en massage bien-être, membre fondateur et ancien administrateur de la Fédération Française de Massage Bien-Etre (FFMBE).

*« Il nous a appris à pratiquer le massage avec professionnalisme, humilité et sensibilité. J'ai hâte de poursuivre d'autres formations avec Bertrand car, en massage ou en formation, il exerce avec bienveillance, investissement et un grand professionnalisme. » Laurence P.*

## CONTACT

Téléphone : 06 58 94 74 36

Courriel :

[bertrandcharrier@lavoieducorps.com](mailto:bertrandcharrier@lavoieducorps.com)

site : [lavoieducorps.com](http://lavoieducorps.com)

## Votre parcours de formation

Volume horaire :

D'octobre 2022 à mai 2023 :

- Vous suivrez 8 modules de pratique du massage bien-être et d'apports théoriques consacrés aux éléments physiologiques et psychologiques du toucher : 8 week-end, de 14 h à 18 h le samedi et 10 h à 17 h le dimanche (88 h en présentiel + 16 h d'assimilation.)
- 2 conférences virtuelles d'une heure, travail personnel d'assimilation et quizz d'autoévaluation 2 fois 3 h. (8 h)
- Vous recevrez un massage bien-être, donné par le formateur (1 h)
- Vous donnerez au moins 20 massages bien-être de 60 minutes à des personnes extérieures au groupe, au cours de la formation et devrez en justifier (20 X 1h30 : 30 h).

Soit un total de 143 h : 89 h de stage et 54 h de pratique individuelle et travail d'assimilation. Si vous le souhaitez, vous passerez une évaluation pour la remise de l'attestation de formation : 2 h. (Coût supplémentaire : 60 €)

**Dates 2022 :** 8 et 9 octobre, 12 et 13 novembre, 10 et 11 décembre

**Dates 2023 :** 14 et 15 janvier, 11 et 12 février, 11 et 12 mars, 15 et 16 avril, 13 et 14 mai

**Lieu de la formation :**

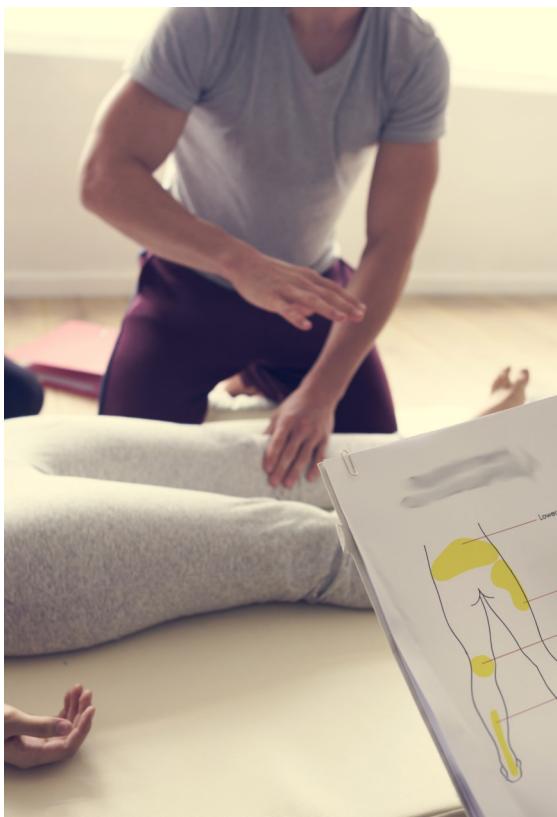
la Maison du Héron—76780 LE HERON  
<https://www.lamaisonduheron.org>



## APPRENDRE A MASSER

Formation pratique  
en massage bien-être

La Voie Du Corps



*Apprenez des techniques différentes.*

## A l'issue de la formation :

- Vous saurez donner et recevoir un massage bien-être et aurez pris confiance en votre capacité à masser
- Vous aurez appris 9 approches bien-être complémentaires que vous combinerez dans vos propres séances : californien, musculaire, toucher sensible, massage énergétique, liberté posturale et étirements passifs, massage latéral, massage au sol et assis.

## Moyens pédagogiques :

- Pratique en ateliers et apports théoriques
- Exercices ludiques permettant d'appivoiser le toucher
- Partage et retour d'expérience entre apprenants et avec le formateur
- Travail d'introspection et de recherche personnelle
- Supports de cours sous forme informatique
- Bibliographie et webographie afin d'approfondir et d'élargir ses acquisitions.

## Validation et évaluation :

- Vous passerez une évaluation pratique portant sur la qualité du massage bien-être
- Vous ferez une relecture critique des massages bien-être que vous aurez pratiqués
- Vous serez évalué.e par les personnes auxquelles vous donnerez un massage bien-être
- Une attestation de formation sera remise si vous suivez l'intégralité de la formation + évaluation.

*« Bertrand est un professionnel du massage expérimenté et un formateur très clair dans ses propos. Ses explications aident vraiment à progresser et à comprendre les raisons des gestes de massage, les techniques sont accessibles, adaptées aux débutants comme aux confirmés et surtout très agréables ! Je recommande ! » (Sandrine L.)*



*Travaillez en binôme*

## Objectifs de la formation :

- (Re) trouver votre capacité à masser et être massé.e
- Appivoiser votre relation à votre corps et à celui d'autrui
- Apprendre à trouver vos repères corporels pour maintenir une bonne position physique
- Acquérir une connaissance de base des mécanismes corporels de la perception sensorielle et de ses implications émotionnelles
- Développer les qualités humaines et relationnelles propres à l'art du massage bien-être.

## Coût de la formation :

900 € pour la formation + examen  
840€ sans examen  
125 € par module suivi séparément.

Ces prix incluent les heures de formation en face à face, le contrôle des connaissances, le soutien pédagogique à distance, la création et la révision des cours et de leurs supports.