



IFJS

INSTITUT DE FORMATION AU TOUCHER MASSAGE®

Praticien en Massage Bien-être et Accompagnement à la Santé

Une formation complète pour une approche globale et spécialisée du massage bien-être

Le concept de Praticien en Massage Bien-Être et Accompagnement à la Santé a été développé pour répondre aux besoins d'un public varié, en intégrant des compétences spécifiques pour l'accompagnement des personnes en situation de fragilité (grand âge, oncologie, douleur chronique, handicap...).

Cette formation permet d'acquérir toutes les compétences techniques, relationnelles et entrepreneuriales nécessaires à l'exercice du métier, aussi bien en tant qu'indépendant qu'en structure (instituts, entreprises, établissements de santé, etc.).

Le praticien en massage bien-être adapte et personnalise ses prestations en fonction des besoins et des attentes de chaque client. Il instaure une relation de confiance et de respect mutuel, favorisant les bienfaits du massage sur le bien-être global. Dans le cadre de cette démarche, il peut proposer un suivi individualisé sur plusieurs séances et se spécialiser auprès de certains publics (entreprises, personnes fragilisées, structures de soins...).

Durée : 30 jours (210.00 heures de formation dont 14h00 à distance)

+ Pratique hors temps de travail environ 90h00 (réalisation de séances, préparation du projet professionnel et rédaction d'un dossier d'offre de services)

Profils des apprenants

- Tous publics

Prérequis

- Sans prérequis

Accessibilité et délais d'accès

Prise en compte du handicap : Mme Armelle Simon- armelle.simon@ifjs.fr

15 jrs avant la date de la formation (sous réserve de places disponibles)

Qualité et indicateurs de résultats

2022-2023 - Taux de participation : 26 personnes / Taux de satisfaction : 8.9/10 / Taux de réussite : 100%.

Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les techniques de massage bien-être et savoir les adapter aux besoins individuels
- Développer une posture professionnelle et un cadre éthique respectueux de la personne
- Appliquer le massage bien-être dans différents contextes : public général, entreprise, santé
- Intervenir auprès de personnes fragilisées (grand âge, oncologie, douleur chronique, handicap)
- S'installer en tant que praticien et structurer son activité professionnelle

Contenu de la formation

MASSAGE BIEN-ÊTRE - FONDAMENTAUX (Session 1-5 jours en présentiel) :

- Principes de base et bienfaits du massage bien-être
- Techniques fondamentales : effleurages, pressions, pétrissages
- Posture et ergonomie du praticien
- Cadre déontologique et relation d'accompagnement
- Pratique supervisée et corrections individualisées

IFJS Institut de formation au Toucher-Massage | 12 rue du golf QUETIGNY 21800 | Numéro SIRET : 49144813000022 |
Numéro de déclaration d'activité : 26.21.01553.21 (auprès du préfet de région de : Préfecture Bourgogne Franche Comté)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

MASSAGE BIEN-ÊTRE - PERSONNALISATION ET APPROFONDISSEMENT (Session 2-5 jours) :

- Évaluation des besoins et construction d'un protocole personnalisé
- Techniques avancées : travail en profondeur, variations de rythme et pressions
- Adaptation du massage
- Gestion de l'énergie du praticien et prévention de la fatigue
- Pratique encadrée et retours d'expérience

MASSAGE BIEN-ÊTRE ET ADAPTATION AUX BESOINS SPÉCIFIQUES (Session 3- 5 jours) :

- Adapter son massage aux différentes demandes des clients
- Techniques spécifiques : massage assis, massage latéral
- L'importance du toucher juste et de l'écoute active
- Études de cas et mises en situation

MASSAGE BIEN-ÊTRE ET ACCOMPAGNEMENT À LA SANTÉ (Session 4-5 jours) :

- Le toucher comme outil d'accompagnement à la santé auprès de personnes en situation de santé spécifique. Adaptation du massage aux situations de santé spécifiques
- Grand âge : approche douce et réconfortante
- Oncologie : prise en charge de la fatigue, des douleurs et des effets secondaires
- Douleur chronique : techniques de soulagement et relaxation profonde. Gestion des émotions du praticien face à la souffrance. Pratique supervisée sur différents publics

MASSAGE BIEN-ÊTRE EN ENTREPRISE (Session 5-5 jours) :

- Bienfaits du massage dans le cadre du travail : stress, TMS, fatigue
- Techniques spécifiques : massage assis sur chaise ergonomique
- Organisation et gestion des interventions en entreprise
- Cadre légal et contractualisation
- Mises en situation en conditions réelles

APPROFONDISSEMENT DES TECHNIQUES ET EXERCICE DU MÉTIER ET ENTREPRENEURIAT (Session 6-5 jours en présentiel) :

- Développement de son activité : étude de marché et analyse de la clientèle. Législation et obligations professionnelles
- Stratégie de communication et fidélisation : Démarche d'amélioration continue (formation, veille professionnelle). Construire une identité professionnelle cohérente
- Évaluation finale et validation des compétences

Calendrier de formation 2026

Session	Intitulé	Date de début	Date de fin
Session 1	Massage Bien-être- Fondamentaux	16/03/2026	20/03/2026
Session 2	Massage Bien-être- Personnalisation et approfondissement	18/05/2026	22/05/2026
Session 3	Massage Bien-être et Adaptation aux besoins spécifiques	29/06/2026	03/07/2026
Session 4	Massage Bien-être et accompagnement à la santé	14/09/2026	18/09/2026
Session 5	Massage Bien-être en entreprise	12/10/2026	16/10/2026
Session 6	Approfondissement des techniques et exercice du métier et entrepreneuriat	16/11/2026	20/11/2026
Remise du dossier de formation le lundi 30 novembre 2026			
Évaluation finale	Soutenance en Visio le lundi 7 décembre 2026		

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Formateur/trice certifié(e) et Professionnel(le) expert(e) dans le domaine

Méthodes et ressources pédagogiques

Pour l'ensemble des formations proposées, notre pédagogie s'appuie sur **4 points fondamentaux** :

- 1 - Une équipe expérimentée formée à notre pédagogie
- 2 - Une pédagogie adaptée, fondée sur la confiance en soi

IFJS Institut de formation au Toucher-Massage | 12 rue du golf QUETIGNY 21800 | Numéro SIRET : 49144813000022 |
Numéro de déclaration d'activité : 26.21.01553.21 (auprès du préfet de région de : Préfecture Bourgogne Franche Comté)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

3 - La pratique et l'expérience fondatrices de l'apprentissage

4 - Des techniques éprouvées, évolutives et créatives

- Méthodes pédagogiques : Apprentissage par la pratique (exercices en binômes, mises en situation réelles). Démonstrations par des formateurs experts (praticiens bien-être et soignants). Analyse et échanges autour des expériences vécues
- Ressources pédagogiques : Support de formation remis à chaque participant. Accès à un espace apprenant tout au long de la formation (compléments de supports pédagogiques, documents informatifs, forum d'échanges)
- Lieux de formation : Les locaux sont conformes à la législation en vigueur en matière de sécurité et d'hygiène ; et répondent aux directives financières. Mise à disposition du matériels nécessaires à l'exercice de la pratique (tables de massages, huiles de massage, chaises de massage ergonomiques, paperboard et vidéoprojecteur)

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Début de formation : Test préformation et recueil des attentes
- Évaluation continue : Pratiques supervisées. Auto-évaluations. Séances consignées sur carnet de suivi (90 heures en moyenne de mise en application et préparation du projet)
- Évaluation finale : Épreuve 1 :(présentiel, jury de 2 professionnels) : Mise en situation professionnelle (accueil, massage personnalisé, clôture de séance). Présentation orale du parcours et du projet professionnel. QCM de validation des connaissances
- Évaluation finale : Épreuve 2 : (à distance) Soutenance de l'offre de services et du projet professionnel
- Évaluation de la satisfaction des participants à la fin de chaque session via un questionnaire de feedback

Modalités d'obtention :

Un diplôme IFJS de praticien en "Massage Bien-être et Accompagnement à la Santé" est délivré à chaque participant après validation des épreuves

Tarifs coût pédagogique : Non assujetti TVA.

Tarif Prise en charge : 8 700.00 € (dont 150.00 € de frais d'inscription + 150.00 € de frais d'évaluation)

Tarif Individuel : 6 180.00 € (dont 150.00 € de frais d'inscription + 150.00 € de frais d'évaluation)

Modalités d'inscription :

Pré-inscription en ligne sur <https://ifjs.catalogueformpro.com/>.

Pour plus de renseignements, notre équipe reste à votre disposition par mail à l'adresse contact@ifjs.fr ou par téléphone au 03.80.74.27.57.

Inscription confirmée après validation des dossiers et/ou entretien individuel - Délai d'inscription : 15 jrs avant la date de la formation (sous réserve de place disponibles).

Catégorie : Action de formation (art. L6313-3).

Formations complémentaires :

Selon votre projet de formation, vous pouvez approfondir vos connaissances ou spécialiser votre approche en participant également à nos stages de formation en massage Bien-être :

*Praticien en massage Assis,

*Périnatalité,

*Réflexologie plantaire,

*Massage du sportif...

N'hésitez pas à contacter notre équipe pour plus d'informations !