Programme de formation individuelle
– MODULE 1.3 –
Anatomie et physiologie humaine

Sommaire

Objectifs, compétences et aptitudes 2
Public concerné et prérequis 2
Qualification des intervenants 2
Moyens pédagogiques 2
Moyens techniques à disposition 2
Durée et effectifs 2
Déroulement 3
Modalités d'évaluation des acquis 4
Sanction visée 4
Matériel nécessaire 4
Délais administratif 4
Délais d'accès 4
Accessibilité aux personnes à mobilité réduite 4
Accessibilité aux personnes en situation précaire 4
Accessibilité aux personnes en réinsertion ou en recherche d'emploi 4
Taux de réussite 4
Taux de satisfaction 5
Tarifs 5
Débouchés 5

Dernière mise à jour : 22/02/25

Objectifs, compétences et aptitudes

Ce module de formation s'adresse aux professionnels en massages de bien-être en devenir ou déjà installés. La seule connaissance de protocoles de massages est insuffisante pour garantir une prestation de qualité. Ainsi, ce module permet d'acquérir une bonne compréhension du fonctionnement du corps humain afin d'offrir un meilleur accompagnement et, de mieux intégrer les bienfaits et contre-indications relatifs au massage de bien-être.

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :

- Comprendre le fonctionnement global du corps humain, du niveau chimique au niveau organisme ;
- Maîtriser l'appellation des principaux os et muscles composant le système locomoteur humain ;
- Connaître les différents systèmes composant l'organisme et leurs liens afin de mieux répondre aux problématiques rencontrées par les clients ;
- Connaître les différentes physiopathologies et les associer aux contre-indications relatives au massage de bien-être ;
- Associer les bienfaits connus du massage de bien-être à la physiologie humaine pour pouvoir les expliquer aux clients.

Public concerné et prérequis

- Aucun prérequis aussi bien en termes d'expérience, de compétences que de diplômes / certificats / titres.
- Accessible à toute personne majeure et ne présentant pas de contre-indication médicale le jour de la formation.

Qualification des intervenants

Yoann FONTE est massothérapeute énergéticien et sonothérapeute. Son approche est essentiellement psychocorporelle. Voilà pourquoi il est également praticien en psychothérapie, sexothérapie analytique et thérapie de couple. En parallèle, il est auteur de plusieurs ouvrages de développement personnel et spirituel.

Moyens pédagogiques

Méthode d'enseignement active et participative.

Moyens techniques à disposition

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement ;
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.

Durée et effectifs

1 jour, soit un total de 7 heures. Session individuelle.

Déroulement

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression de la formation.

- **JOUR 1** (7h00 au total)

➢ **MATIN** (3h00)

9h00 : Accueil jusqu'à 9h30

9h30 : Présentation du stagiaire, de son projet professionnel et du déroulé de la formation

9h45 : Généralités : les niveaux d'organisation du corps humain, l'homéostasie, les rythmes biologiques, les régions du corps

10h00 : Le système squelettique : structure et fonctions, articulations, les os principaux, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

10h30 : Le système musculaire : les types de muscles, les muscles principaux, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

11h00 : Pause

11h15 : Le système nerveux : neurones et névroglie, le système nerveux central, le système nerveux périphérique, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

11h45 : Le système endocrinien : les hormones, les glandes endocrines et exocrines, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

12h30 : Déjeuner

➢ **APRES-MIDI (4h00)**

13h30 : Le système cardiovasculaire : la circulation sanguine, le sang, le cœur, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

14h00 : Le système lymphatique : les structures lymphatiques, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

14h30 : Le système respiratoire : anatomie de l'appareil respiratoire, la mécanique respiratoire, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

15h00 : Pause

15h15 : Le système digestif : les organes du système digestif, le métabolisme, processus digestifs, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

15h45 : Le système tégumentaire : la structure et la perméabilité de la peau, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

16h15 : Le système immunitaire : anatomie du système immunitaire, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

16h45 : Évaluation écrite

17h15 : Bilan de fin de formation et questions-réponses

17h30 : Fin de la formation

Modalités d'évaluation des acquis

Évaluation théorique écrite en fin de module. Notation sur 20 points. 12 points minimum pour valider le module.

Sanction visée

Attestation et certificat de réalisation remis en fin de module.

Matériel nécessaire

Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.

Délais administratif

- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels ;
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme (OPCO, Pôle Emploi…).

Délais d'accès

- Jusqu'à 12 mois (voir planning) pour une formation dans nos locaux (inter-entreprise) ;
- De 1 à 3 mois pour une formation au sein de vos locaux (intra-entreprise).

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite

Possibilités étudiées au cas par cas selon le handicap. L'AGEFIPH et la RHF (Ressource Handicap Formation) sont les partenaires référents handicap.

Accessibilité aux personnes en situation précaire

Le CCAS de Mouans-Sartoux est notre référent concernant les personnes en situation précaire.

Accessibilité aux personnes en réinsertion ou en recherche d'emploi

Pôle Emploi est notre partenaire référent pour les personnes en recherche d'emploi ou en réinsertion.

Taux de réussite

100% (selon étude du 04/2025)

Taux de satisfaction

98% (selon étude du 04/2025)

Tarifs

- 500 euros nets (exempt de TVA) pour un financement par un organisme ;
- 400 euros nets (exempt de TVA) pour un financement personnel.

Débouchés

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...,
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...