

## Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

## Organisme responsable et contact

TEMANA  
PINOT CORALIE  
05.61.84.42.44  
contact@temana.fr

## Accès à la formation

### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarié(e)  
Actif(vé) non salarié(e)

### Sélection :

Entretien

### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

### Conditions d'accès :

Cette formation est ouverte à tous, sans limite d'âge. Aucune connaissance préalable n'est requise. Toute personne adulte peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes et les personnes présentant des contre-indications à la pratique des techniques de bien-être. Groupe de 10 personnes maximum.

### Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

### Contrat de professionnalisation possible ?

Non

## Objectif de la formation

Etre apte à donner une séance complète du protocole enseigné, c'est-à-dire permettre à la personne qui reçoit la séance de se relaxer en profondeur, de se libérer de ses tensions et de retrouver son dynamisme.

## Contenu et modalités d'organisation

Détail de la formation: ? Présentation de la technique enseignée : ses origines, ses bienfaits et sa commercialisation, les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect de la personne massée, la gestion de sa propre énergie. ? Apprendre la concentration et la préparation au AMMA : chaque journée débute par un échauffement d'environ 20mn de façon à préparer son corps et à se concentrer. ? Apprendre à bien se positionner pour effectuer le protocole : pour donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances en se fatiguant le moins possible, il faut apprendre comment bien utiliser le poids de son propre corps. ? Apprendre la technique du AMMA : les gestes spécifiques à la technique du AMMA sont enseignés. Protocole pour une séance de 10 minutes ou de 30 minutes. Pré-requis : Aucun Lieu de formation : Cette formation est dispensée dans nos centres de Toulouse, Paris, Montpellier, Bordeaux, Lyon et Lille. Méthode pédagogique : L'enseignement dispensé est essentiellement pratique. La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants pratiquent ensuite par binôme, l'un sur l'autre, l'enchaînement de gestes montrés. Ils expérimenteront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. La formatrice corrigera alors les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondra aux questions des uns et des autres. La formatrice veillera à ce que les participants changent souvent de partenaires de sorte à expérimenter les techniques apprises sur des corps de natures différentes. C'est la meilleure façon de se préparer à appréhender les corpulences différentes des personnes. Moyens pédagogiques : Un support de cours reprenant en photos les gestes de l'enchaînement sera remis à chacun des participants. Chaque photo est commentée et suivie d'un espace où le participant peut écrire ses propres commentaires. Des tables de massage et futons au choix sont à disposition des stagiaires. La lecture d'ouvrages divers est recommandée;

...  
Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné**  
Commentaires sur la parcours personnalisable **La formation en technique assis Amma se déroule sur 21H. Les cours ont lieu de 09H30 à 17H30 (pause déjeuner d'1 heure). Un travail personnel est recommandé le soir.**

## Validation(s) Visée(s)

### > Attestation de fin de formation

## Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

## Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00139657	du 01/03/2019 au 28/02/2021	Pessac (33)	TEMANA		Non éligible	FPC
00342096	du 18/01/2023 au 31/12/2023	Mérignac (33)	TEMANA		Non éligible	FPC
00447643	du 21/02/2024 au 31/12/2025	Mérignac (33)	TEMANA		Non éligible	FPC