

Pratiquer le massage Bien-Être en tant que Masseur-Kinésithérapeute

A – Programme détaillé

Durée = 13h00

Formateur = Mélody PERSON – Masseur-Kinésithérapeute

Nombre de stagiaires = 12 maximum

Public : Masseurs Kinésithérapeutes

Prérequis : Diplôme d'Etat Français de Masseur Kinésithérapeute, ou autorisation d'exercice de la profession de masseur-kiné

1 – Résumé et Objectifs :

Contexte :

Actuellement la majorité des Masseurs Kinésithérapeutes exerce dans un cadre conventionné sans utiliser toutes les possibilités de leur décret de compétences. Développer la pratique du massage Bien-Être en tant que Masseur-Kinésithérapeute, c'est ouvrir un nouveau champ à son activité.

Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité de :

- Réfléchir à la pratique du massage en tant que Masseur-Kinésithérapeute
- Savoir donner et adapter un protocole de massage Bien-Être aux huiles essentielles corps entier
- Mettre en place les techniques de communication adaptées
- Connaître le cadre juridique et fiscal de la pratique en tant que Masseur-Kinésithérapeute

Résumé :

Envie de développer votre activité hors nomenclature par la pratique du massage Bien-Être ?

Cette formation va vous permettre de pratiquer le massage Bien-Être et de voir comment le mettre en place au sein de votre cabinet.



28 rue Guillaume de Machaut
85000 – La Roche-sur-Yon



secretariat@cevak.fr
02 51 47 95 95



www.cevak.fr
Suivez-nous !

2 – Déroulé pédagogique :

Méthodologie :

- Questionnaire pré-formation (Q1) dans le mois qui précède la formation présentielle
- Restitution au formateur des résultats de ce questionnaire, question par question, au groupe et à chaque stagiaire
- Partie présentielle d'une durée de 13h comportant :
 - des échanges sur les résultats du questionnaire pré-formation,
 - un face à face pédagogique d'enseignement cognitif, selon les méthodes pédagogiques décrites ci-dessous, principalement centré sur les problèmes ou lacunes révélés par les questionnaires,
- Questionnaire post-formation (Q2) dans le mois qui suit la formation présentielle
- Restitution individuelle au stagiaire de l'impact de la formation sur la pratique professionnelle
- Restitution statistique, au formateur, de l'impact de sa formation sur la pratique des stagiaires

Programme

1^{er} JOUR : 6h30 de face à face pédagogique

9H : Accueil

9H15-10H : Présentation du formateur, des participants et du programme. Prise en compte des attentes

10H-10H15 : Pause

10H15-12H30 :

- Les différents types de massage Bien-Être
- Pourquoi faire du massage Bien-Être en tant que Masseur-Kinésithérapeute ?
- Les bienfaits du massage
- Présentation du choix du massage proposé
- Pratique : manœuvres de bases

14-15H15 :

- Découverte du bilan massage Bien-Être (jeu de rôle client-praticien). Exploration de la différence patient/client, thérapeute/praticien mais toujours Masseur-Kinésithérapeute.
- Dépasser les freins psychologiques des Masseurs Kinésithérapeutes
- Les conditions pratiques pour le massage Bien-Être : environnement, plage horaire, choix des produits...

15H15-15H30 : pause

15H30-17H30 :

- Déroulement d'une séance de massage Bien-Être
- Pratique du protocole face dorsale (dos-membres inférieurs)



28 rue Guillaume de Machaut
85000 – La Roche-sur-Yon



secretariat@cevak.fr
02 51 47 95 95



www.cevak.fr
Suivez-nous !

2ème JOUR : 6h30 de face à face pédagogique

9H-10H : Quizz en équipe, révision des notions déjà vues

10H-10H15 : Pause

10H15-12H30 : Pratique du protocole face antérieure (membres inférieurs-membres supérieurs ventre-visage)

14H-15H30 : Protocole entier à faire sur 45 minutes en binôme

15H30-15H45 : Pause

15H45-17H30 :

- Comment lancer son activité hors nomenclature de massage Bien-Être ?
- Choisir son tarif
- Le cadre juridique
- Le cadre fiscal et social

B – Méthodes pédagogiques mises en œuvre

Différentes méthodes pédagogiques sont employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- Méthode participative - interrogative : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation (pré-test)
- Méthode expérientielle : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances
- Méthode expositive : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive
- Méthode démonstrative : le formateur fait une démonstration pratique, sur un stagiaire ou un modèle anatomique, devant les participants lors des TP
- Méthode active : les stagiaires reproduisent les gestes techniques, entre eux, par binôme.
- Méthode par "Présentation de cas cliniques interactifs" : Le format pédagogique se fonde sur l'intérêt d'analyser en groupe la situation clinique d'un patient. Les stagiaires résolvent le cas en élaborant par petits groupes une analyse et des propositions en réponse.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Projection PPT du cours, photocopié et / ou clé USB reprenant le PPT
- Tables de pratiques, modèles anatomiques osseux et musculaires.



C – Méthodes d'évaluation de l'action proposée

- Évaluation « Q1 » (pré-test) et « Q2 » (post test)
- Questionnaire de satisfaction immédiat et à distance

D – Référence recommandation bibliographie

Mise à jour le 22 janvier 2026

Harris M, Richards KC, The physiological and psychological effects of slow-stroke back massage and hand massage on relaxation in older people. J Clin Nurs, 2010Apr;19(7-8):917-26. doi: 10.1111/j.1365-2702.2009.03165.x.

Moyer CA Rounds J, Hannum JW. A meta-analysis of massage therapy research. Psychol Bull. 2004 Jan;130(1):3-18.

Weekly T, Riley B, Wichman C, Tibbits M, Weaver M, Impact of a Massage Therapy Intervention for Pediatric Palliative Care Patients and Their Family Caregivers, J Palliat Care, 2018 Nov 22:825859718810727. doi: 10.1177/0825859718810727.

Hall HG, Cant R, Munk N, Carr B, Tremayne A, Weller C, Fogarty S, Lauche R. The effectiveness of massage for reducing pregnant women's anxiety and depression; systematic review and meta-analysis. Midwifery. 2020 Nov;90:102818. doi: 10.1016/j.midw.2020.102818. Epub 2020 Aug 14. PMID: 32827841.

Rulleau T, Toussaint L. Massage can (re-)activate the lower limb sensorimotor representation of older adult inpatients. Psychol Aging. 2018 Aug;33(5):832-840. doi: 10.1037/pag0000264. Epub 2018 Jul 2. PMID: 29963880.

Yang YJ, Zhang J, Hou Y, Jiang BY, Pan HF, Wang J, Zhong DY, Guo HY, Zhu Y, Cheng J, Effectiveness and safety of Chinese massage therapy (Tui Na) on post-stroke spasticity: a prospective multicenter randomized controlled trial, Clin Rehabil, 2017 Jul;31(7):904-912. doi: 10.1177/0269215516663009. Epub 2016 Aug 10.

Tütün Yümin E, Şimşek TT, Sertel M, Ankaralı H, Yumin M. The effect of foot plantar massage on balance and functional reach in patients with type II diabetes. Physiother Theory Pract. 2017 Feb;33(2):115-123. doi: 10.1080/09593985.2016.1271849. Epub 2017 Jan 17. PMID: 28095093.

Sankaran R, Kamath R, Nambiar V, Kumar A, A prospective study on the effects of Ayurvedic massage in post-stroke patients, Ayurveda Integr Med 2018 Dec 19. pii: S0975-9476(17)30478-3. doi: 10.1016/j.jaim.2018.02.137.

Ducourneau V.R.R, Seyrès P, Rigal L, L'utilisation du massage thérapeutique dans la prise en soin antalgique des patients cancéreux atteints de métastases osseuses, Kinésithérapie, la revue, 2017 apr, <http://dx.doi.org/10.1016/j.kine.2017.02.056>



28 rue Guillaume de Machaut
85000 – La Roche-sur-Yon



secretariat@cevak.fr
02 51 47 95 95



www.cevak.fr
Suivez-nous !

Rapaport MH, Schettler P, Bresee C, A Preliminary Study of the Effects of a Single Session of Swedish Massage on Hypothalamic-Pituitary-Adrenal and Immune Function in Normal Individuals. *J Altern Complement Med.* 2010 Sep 1.

Barreto DM, Batista MVA. Swedish Massage: A Systematic Review of its Physical and Psychological Benefits. *Adv Mind Body Med.* 2017 Spring;31(2):16-20. PMID: 28659510.

Yuan SL, Matsutani LA, Marques AP, Effectiveness of different styles of massage therapy in fibromyalgia: a systematic review and meta-analysis, *Man Ther*, 2015 Apr;20(2):257-64. doi: 10.1016/j.math.2014.09.003. Epub 2014 Oct 5.

Ho SSM, Kwong ANL, Wan KWS, Ho RML, Chow KM, Experiences of aromatherapy massage among adult female cancer patients: A qualitative study, *J Clin Nurs.* 2017 Dec;26(23-24):4519-4526. doi: 10.1111/jocn.13784. Epub 2017 Jun 5.

Khiewkhern S, Promthet S, Sukprasert A, Eunhpinitpong W, Bradshaw P, Effectiveness of aromatherapy with light thai massage for cellular immunity improvement in colorectal cancer patients receiving chemotherapy, *Asian Pac J Cancer Prev*, 2013;14(6):3903-7. Hernandez-Reif M, Ironson G, Field T, Hurley J, Katz G, Diego M, Weiss S, Fletcher MA, Schanberg S, Kuhn C, Burman I. Breast cancer patients have improved immune and neuroendocrine functions following massage therapy. *J Psychosom Res.* 2004 Jul;57(1):45-52.

Moraska A, Pollini RA, Boulanger K, Brooks MZ, Teitlebaum L. Physiological adjustments to stress measures following massage therapy: a review of the literature. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2010 Dec;7(4):409-18. doi: 10.1093/ecam/nen029.

Arslan G, Ceyhan Ö, Mollaoğlu M. The influence of foot and back massage on blood pressure and sleep quality in females with essential hypertension: a randomized controlled study. *J Hum Hypertens.* 2021 Jul;35(7):627-637. doi: 10.1038/s41371-020-0371-z. Epub 2020 Jul 16. PMID: 32678299.

Billhult A, Lindholm C, Gunnarsson R, Stener-Victorin E. The effect of massage on immune function and stress in women with breast cancer - a randomized controlled trial. *Auton Neurosci.* 2009 Oct 5;150(1-2):111-5. doi: 10.1016/j.autneu.2009.03.010. Epub 2009 Apr 18.

Field T, Hernandez-Reif M, Diego M, Schanberg S, Kuhn C. Cortisol decreases and serotonin and dopamine increase following massage therapy. *Int J Neurosci.* 2005 Oct;115(10):1397-413.

Li Q, Becker B, Wernicke J, Chen Y, Zhang Y, Li R, Le J, Kou J, Zhao W, Kendrick KM, Foot massage evokes oxytocin release and activation of orbitofrontal cortex and superior temporal sulcus, *Psychoneuroendocrinology*, 2018 Nov 14;101:193-203. doi: 10.1016/j.psyneuen.2018.11.016.

Lindgren L, Rundgren S, Winsö O, Lehtipalo S, Wiklund U, Karlsson M, Stenlund H, Jacobsson C, Brulin C. Physiological responses to touch massage in healthy volunteers. *Auton Neurosci.* 2010 Dec 8;158(1-2):105-10. doi: 10.1016/j.autneu.2010.06.011.

Person M, Le massage bien-être, un soin de qualité par votre masseur-kinésithérapeute, *Kinésithérapie Scientifique*, 2018,0602:49-53 - 05/10/2018

Cole JS, Olson AD, Dupont-Versteegden EE. The Effects of Massage Therapy in Decreasing Pain and Anxiety in Post-Surgical Patients With Breast Cancer: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Glob Adv*



Integr Med Health. 2024 Apr 16;13:27536130241245099. doi:10.1177/27536130241245099. PMID: 38633004.

Naderi A, Rezvani MH, Aminian-Far A, Hamood-Ahvazi S. Can a six-week Swedish massage reduce mood disorders and enhance the quality of life in individuals with Multiple Sclerosis? A randomized control clinical trial. *Explore (NY)*. 2024 Sep-Oct;20(5):103032. doi:10.1016/j.explore.2024.103032. PMID: 39018656.

Mathunjwa ML, et al. Evaluating the Impact of Massage Therapy on Performance and Well-Being in Taekwondo Practitioners: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2025 May 8;22(5):742. doi:10.3390/ijerph22050742. PMID: 40427858.

Ong MLY, Abdul Malik A, Mohd Zain N, et al. Recharging Healthcare Professionals: A Randomized Controlled Trial on the Impact of Automated Massage Chairs on Depression, Anxiety, Stress, Musculoskeletal Pain, and Biochemical Markers. *Health Sci Rep*. 2025 Sep 14;8(9):e71226. doi:10.1002/hsr2.71226. PMID: 40959182.



28 rue Guillaume de Machaut
85000 – La Roche-sur-Yon



secretariat@cevak.fr
02 51 47 95 95



www.cevak.fr
Suivez-nous !