



Zen Attitude
Formations



MASSAGE SERENITE SENSORIELLE

UN VOYAGE INTERIEUR INSPIRE DU LOMI-LOMI HAWAÏEN

Le **massage Sérénité Sensorielle** est une approche enveloppante, fluide et rythmée, inspirée du **Lomi Lomi**, massage traditionnel hawaïen. Ce soin utilise les **avant-bras, mouvements amples et harmonieux**, pour créer une sensation de **vague apaisante**, favorisant un **lâcher-prise profond** et une **reconnexion à soi**.

Un massage profondément **restructurant et apaisant**, pour transmettre la **sérénité, la chaleur et l'énergie du cœur** à travers le toucher.



☞ Moyens pédagogiques et Méthode :

- PowerPoint
- Livret pédagogique
- Exercices pratique et mises en situation

☞ Mise à disposition du matériel

- Vous devrez cependant vous munir d'**un galet de cohérence cardiaque, obligatoire pour le suivi pédagogique** de la formation.

Celui-ci est à acheter séparément via le lien suivant :

<https://www.ags-lab.com/ZenAttitude/zenspire>

☞ Modalités d'évaluation :

- Entretien et auto-évaluation en amont de la formation
- Exercices pratiques et mises en situation pendant la formation
- QCM et évaluation pratique en fin de formation

Les + de cette technique en milieu hospitalier :

- ✓ Un toucher global et bienveillant
- ✓ Réduction du stress, de l'anxiété
- ✓ Soulagement des tensions musculaires
- ✓ Amélioration de la qualité du sommeil,
- ✓ Stimulation des systèmes sanguins et lymphatiques
- ✓ Soin non médicamenteux complémentaire
- ✓ Humanisation des soins
- ✓ Valorisation de l'établissement

☞ **Durée :** 2 jours/12 heures

☞ Objectifs :

- Acquérir les **mouvements caractéristiques du Lomi Lomi**
- Offrir un massage global favorisant la **circulation énergétique et la détente profonde**
- Crée un soin **sensoriel, fluide et intuitif**, propice à l'apaisement du corps et de l'esprit
- Développer une **présence bienveillante et une écoute du toucher**
- Connaitre les **bases de l'anatomie humaine**

☞ Pour qui ?

- Praticiens en massage bien-être ou en reconversion
- Spas, centres de soin, professionnels du développement personnel
- **Prérequis :** avoir suivi au moins 1 formation massage corps à l'huile

☞ **Tarif de la formation :** Particulier : **460 €*** ; Professionnel - Prise en charge à 100% (pas de CPF) : **700€*** ; Entreprises et établissements médicaux : **nous consulter**

☞ **Horaires des jours de formations :** Les horaires peuvent varier selon la session choisie (voir calendrier)

☞ **Lieu des formations :** 4, rue Saint André 30210 REMOULINS ou en entreprise

☞ **Dates de formation et modalités d'accès :** Voir calendrier et CGV

☞ **Handicap :** Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Il faudra cependant préciser la nature de celui-ci lors de votre inscription afin de nous permettre d'adapter la formation à votre situation.

☞ **Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation**

☞ [Voir le CV de la formatrice](#)