

# INFORMATIONS

## FORMATION AU PROTOCOLE DE MASSAGE TUINA

Document mis à jour le 1/08/2025 – V10

**Intitulé de la Formation :** formation au protocole de massage TUINA

**Présentation du massage :** Le massage Tuina (ou Tui Na) est une technique de massage issue de la médecine traditionnelle chinoise (MTC), utilisée depuis plus de 2000 ans. Son nom signifie littéralement "pousser (Tui) et saisir (Na)", ce qui reflète les mouvements spécifiques utilisés pendant le soin. Le praticien travaille sur les méridiens énergétiques et les points d'acupuncture, en combinant différentes techniques : pressions, frictions, étirements, percussions, roulements... Contrairement à un massage de détente, le TUINA peut-être dynamique et profond, mais toujours adapté aux besoins de la personne qui le reçoit.

**Objectif de la formation :** acquérir les gestes du protocole de massage TUINA

### Bienfaits du Tuina

- Détend muscles et articulations
- Réduit le stress, l'anxiété et la fatigue
- Améliore la circulation sanguine et lymphatique
- Stimule le système immunitaire
- Favorise un sommeil réparateur
- Soutient le bon fonctionnement des organes

**Activité visée :** praticien en massage TUINA

### Objectifs pédagogiques :

- Expliquer le déroulement du massage au client, avant la pratique
- Réaliser les gestes du protocole, de manière conforme, tout au long du massage
- S'assurer du bien-être du client pendant et après le massage

**Public visé :** professionnel du bien-être ou toute personne porteuse d'un projet professionnel bien-être

**Accessibilité Personnes Handicapées :** toutes nos formations théoriques peuvent être étudiées pour être accessibles aux personnes handicapées. Quelques soient vos difficultés (lecture, compréhension, fatigue intellectuelle ou physique, handicap moteur ou mental) nous cherchons à nous adapter pour vous proposer des modalités pédagogiques facilitant l'adaptation des parcours au besoin de chacun. Pour les formations pratiques (apprentissage massages), les possibilités sont à étudier en fonction du handicap. Nous disposons de tous nos cours au format papier, électronique, ou pour certains cours, au format vidéo. Personne référente à contacter : Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12.

**Les connaissances préalables requises :** aucune, mais des connaissances sur l'énergétique chinoise seront un plus.

**Prérequis techniques, pour les formations à distance :** accès à un ordinateur ou à une tablette fonctionnelle avec des logiciels à jour permettant d'écouter des fichiers multimédias et une connexion internet opérationnelle.

### L'organisation et le fonctionnement de la formation :

- **Personne chargée des relations avec l'apprenant :** Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12., [ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com), du lundi au vendredi de 9H à 19H (assistance technique et pédagogique)
- **Formateurs potentiels :** Phong Nguyen, praticien en médecine traditionnelle chinoise, ou, en son absence, tout autre intervenant présentant les mêmes compétences.

**Les moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre :**

- **Moyens pédagogiques pour le présentiel:** pratiques en duo ou trio avec d'autres apprenants, ou sur modèle, sur table ou chaise de massage, futons, méthode active et participative
- **Moyens techniques à disposition pour le présentiel :** espace de formation, tables, housses de table, fauteuil ou chaise, supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens techniques à disposition pour la formation à distance :** supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens d'encadrement :** Nathalie PARAYRE, responsable de la formation et une équipe de formateurs expérimentés

#### Le dispositif de suivi et d'évaluation de la formation :

- **Avant le démarrage de la formation :**
  - o Recueil individuel des **attentes et des besoins de l'apprenant**
  - o **Évaluation des acquis en début en formation.**
- **En début de formation :**
  - o Un **livret de l'apprenant** est remis à l'apprenant en début de formation et sert de support au suivi de la formation. Ce document est à tenir à jour par l'apprenant et le(s) formateur(s).
  - o Pour les formations en présentiel une attestation de présence individuelle est remise à l'apprenant et est à signer chaque demi-journée de présence
- **En fin de formation :**
  - o **Évaluation des compétences :** elle est faite en cours et/ou en fin de formation. Le(s) formateur(s) valide(nt) la compréhension et l'acquisition des connaissances de l'apprenant. Selon la formation cette évaluation est tracée sur le livret de l'apprenant. Elle prend la forme de points pédagogiques, QCM, mises en situation, échanges continus, etc...
  - o **Attestation de formation :** elle est remise en fin de parcours après validation des compétences
  - o **Évaluation de satisfaction :** en fin de formation pour l'évaluation globale de satisfaction

**Modalité de règlement pour les particuliers :** en cas d'autofinancement l'apprenant s'engage à effectuer un premier versement d'un montant équivalent à **30 % du coût de la formation** au terme du délai de rétractation en vigueur noté sur le contrat (14 jours). Le paiement du solde est effectué 7 jours en suivant, ou le premier jour de la formation en cas de formation en groupe ou en individuel

**Modalité de règlement pour les entreprises :** à réception de facture

**Conditions financières prévues en cas de cessation anticipée de la formation ou d'abandon en cours de stage :** voir nos CGV

#### Modalités d'accès à la formation :

**Pour les particuliers :** les personnes souhaitant se former doivent envoyer un mail ([ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com)) ou contacter par téléphone la responsable de formation (06.14.48.88.98) afin d'échanger sur leur(s) projet(s) et leur(s) besoin(s). À la suite de cet entretien, un dossier d'inscription sera envoyé au candidat à la formation afin de recueillir les informations nécessaires à la constitution d'un contrat de formation. Après la signature du contrat, un délai de rétractation de **14 jours calendaires** suivra. Durant ce délai, la personne souhaitant se former peut changer d'avis et se rétracter sans aucun frais, grâce à un formulaire de rétractation joint au contrat. Passé ce délai de **14 jours**, la personne sera considérée comme inscrite et pourra démarrer sa formation, sous réserve du paiement de son acompte.

**Pour les entreprises :** nous nous engageons à répondre à vos mails ou appels en moins de 3 jours, et de vous envoyer un devis et une convention sous une huitaine de jours.

**Délais d'accès :** à compter de la signature du contrat ou de la convention, les délais d'accès à la formation sont en moyenne de 15 à 20 jours.

**Lieu pour les formations en présentiel :** 107 Chemin de la Palanque 31140. En cas d'indisponibilité sur ce site, un lieu similaire sera choisi, offrant les mêmes conditions que le lieu de départ. L'apprenant en sera informé à l'avance.

#### Informations sur le formateur : Nguyen Phong

Praticien en médecine traditionnelle chinoise

Le nom du formateur n'est ni contractuel ni exhaustif, la société NP Conseil et Formation se réservant le droit de modifier ou d'ajouter des formateurs ou des intervenants en fonction des compétences et des disponibilités de chacun.

La CV thèque des intervenants est accessible sur le site internet : [www.arnika-formation.com](http://www.arnika-formation.com)

## MODALITES D'APPRENTISSAGE

### A distance, avec parcours et suivi pédagogique\* :

**Durée estimée : 18H**

**Détail des activités pédagogiques attendues des apprenants :**

- Acquisition des compétences pratiques et théoriques grâce à une vidéo et un support de cours (temps estimé **7H45**) (en rapport à la durée constatée en formation de groupe)
- Entraînement seul chez soi (nécessité d'avoir un « modèle ») (temps estimé à **9H**)
- Point pédagogique proposé à 6 semaines de formation (**15 min**)
- Enregistrement du protocole pour évaluation (temps estimé **1H**)

**Rythme** : entre 1 et 3 mois de formation, en fonction de vos disponibilités

**Organisation pédagogique du centre de formation :**

- Envoi du support de cours à l'apprenant au format PDF ≈ 26 pages et du livret apprenant
- Envoi d'une vidéo d'une durée de 23 minutes sur le TUINA général d'harmonisation
- Proposition d'un point pédagogique en milieu de parcours

Les protocoles écrits et les enregistrements peuvent éventuellement ne pas se suivre, cela permet de proposer plusieurs variantes au massage.

**Méthode pédagogique** : démonstrative (visualisation et reproduction)

**Assistance technique et pédagogique** : Nathalie Parayre 09.70.82.12.12.

**Procédure de validation des compétences** : l'apprenant envoie l'enregistrement d'une mise en situation sur le protocole enseigné, à la personne chargée des relations avec l'apprenant

**Sanction** : attestation de formation à distance, attestant des compétences acquises

**Tarif (support numérique 26 pages + Vidéo 23 min)** : **390 €** (tarif individuel) 436 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**Frais de dossier** : 50€

### En individuel avec formateur particulier (maximum 2 apprenants) (uniquement sur Toulouse) :

**Durée** : **9H** (à préciser en fonction du niveau de l'apprenant) (non compris travail personnel estimé à **2H**)

**Détail des activités pédagogiques attendues :**

- Acquisition des compétences pratiques et théoriques avec un formateur (temps estimé **8H**) (à préciser en fonction du niveau des apprenants)
- Possibilité d'avoir des heures supplémentaires au tarif de 80€/H
- Évaluation par le formateur (temps estimé **1H**)

**Organisation pédagogique :**

- Support de cours au format PDF ≈ 26 pages et du livret apprenant
- Regroupements de 9H avec formateur en présentiel

**Méthode pédagogique** : démonstrative (visualisation et reproduction)

**Assistance technique et pédagogique** : Nathalie Parayre 09.70.82.12.12.

**Procédure de validation des compétences** : évaluation pratique en fin de formation avec réalisation par l'apprenant du protocole enseigné

**Sanction** : attestation de formation, attestant des compétences acquises

**Tarif** : **720 €** (tarif par personne) 806 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**Frais de dossier** : 50€

### \* Parcours pédagogique de formation pour atteindre les objectifs fixés

Chemin à parcourir pour atteindre les objectifs de formation :

- Réception des cours (au format PDF et vidéos)

- Exploitation en autonomie des ressources (selon les cours : lire, écouter, visionner, pratiquer, réfléchir, etc...)
- Appropriation des cours par des activités (selon les cours : mémorisation, application, reformulation, transposition, construction, comparaison, critique, synthèse, évaluation, ...)
- Suivi pédagogique ou temps synchrone avec tuteur ou formateur selon la modalité d'apprentissage choisie
- Évaluations

**Le suivi pédagogique :**

- Il consiste à accompagner l'apprenant dans sa progression vers son objectif. Divers documents sont proposés dont l'évaluation des acquis de début, l'évaluation des acquis de fin et le livret apprenant

-

<p><b>CONTENU PEDAGOGIQUE</b> (SUPPORT PEDAGOGIQUE NUMERIQUE DE 26 PAGES)</p>
---

En adéquation avec chaque objectif pédagogique, il est proposé le contenu suivant :

**Objectif 1** : Expliquer le déroulement du massage avant la pratique

- Techniques fondamentales de TUI NA
  - o Introduction : les massages énergétiques
  - o Les massages dans la recherche du bien-être
  - o Techniques de détente par le ANMO TUINA
  - o Contre-indications du ANMO TUINA`

**Objectif 2** : Réaliser les gestes du protocole, de manière conforme, tout au long du massage

- Protocole TUI NA général d'harmonisation
  - o Principes généraux
  - o Protocole général

**Objectif 3** : S'assurer du bien-être du client pendant et après le massage

- Conclure une séance de massage

Le programme peut varier légèrement en fonction de la disponibilité des formateurs, chacun ayant ses spécificités et sa façon de faire, sans pour autant remettre en question les objectifs de la formation ni les compétences attendues pour l'apprenant à la fin de sa formation.

Le contenu des formations est donné et abordé avec pour seul objectif un « savoir » à visé de bien-être et non de soin. Il ne doit en aucun cas être utilisé à mauvais escient. Seul un professionnel de santé est habilité à l'établissement d'un diagnostic médical et d'un traitement adapté. L'utilisation des notions données dans nos formations se fait sous la pleine et entière responsabilité de la personne formée au même titre que l'utilisation qu'elle pourrait faire à partir de documents, livres ou revues autres que ceux proposés au sein de la formation. En aucun cas, la société NP Conseil et formation ne pourra être rendue responsable de cette utilisation, ainsi que d'erreurs, d'inexactitudes ou d'omissions pouvant exister sur chaque cours.

## REGLEMENT D'EVALUATION POUR LA FORMATION

Nos formations ne sont pas reconnues par l'état, nous attestons d'une formation au sein d'une école privée

**Les compétences à acquérir, pour obtenir l'attestation de formation pour cette formation sont les suivantes :**

- Expliquer le déroulement du massage au client avant la pratique
- Réaliser les gestes du protocole, de manière conforme, tout au long du massage
- S'assurer du bien-être du client pendant et après le massage

**Afin de savoir si l'apprenant a acquis ces compétences à la fin du cursus, il est soumis à l'épreuve suivante :**

Mise en situation pratique : pratique du massage ou d'une partie du massage TUINA sur 1H  
Durant sa mise en situation, l'apprenant doit montrer qu'il est capable de :

- Expliquer le déroulement du massage au client avant la pratique
- Réaliser les gestes du protocole, de manière conforme, tout au long du massage
- S'assurer du bien-être du client pendant et après le massage

Pour les personnes en formation avec formateur en présentiel, cette mise en situation sera faite sur le temps de cours en fin de session.

Pour les personnes en formation à distance, cette mise en situation sera filmée par le soin des apprenants et envoyée par mail à la personnes responsable des apprenants (Nathalie Parayre : [ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com)) pour validation des acquis en fin de formation.

**Pour recevoir l'attestation de formation, l'apprenant doit :**

- Avoir suivi la totalité de la formation (feuilles de présences émargées pour le présentiel)
- Obtenir l'appréciation « acquis » ou « en cours d'acquisition » à la mise en situation
- Avoir rendu les fiches d'évaluation des acquis de fin de formation et de satisfaction
- Avoir réglé la totalité des frais de formation

En cas de non-réussite, l'apprenant peut repasser les épreuves jusqu'à réussite, sur une durée d'un an. Le coût de ce rattrapage est de 50€ par passage (pratique et théorie).

A la suite de la formation, l'apprenant se verra remettre une **Attestation de Formation**.

**Rappel : nos formations ne sont pas reconnues par l'État. Nous attestons de compétences acquises au sein d'un organisme de formation privé**

**Mesures pour favoriser l'engagement des bénéficiaires et prévenir les ruptures de parcours :**

Afin de pallier les ruptures de parcours, le centre de formation NP Conseil et Formation met en place un certain nombre d'outils :

- Points pédagogiques durant les parcours
- Feuilles de présence pour les formations en présentiel
- Mails de suivi et de relance
- Livret d'accueil
- Livret de suivi pédagogique
- Démarche d'accueil pour les personnes en situation de handicap (PSH)
- Pour les personnes en situation de handicap, des adaptations pourront être proposées en fonction des besoins de l'apprenant en début de formation et adaptées tout au long du parcours

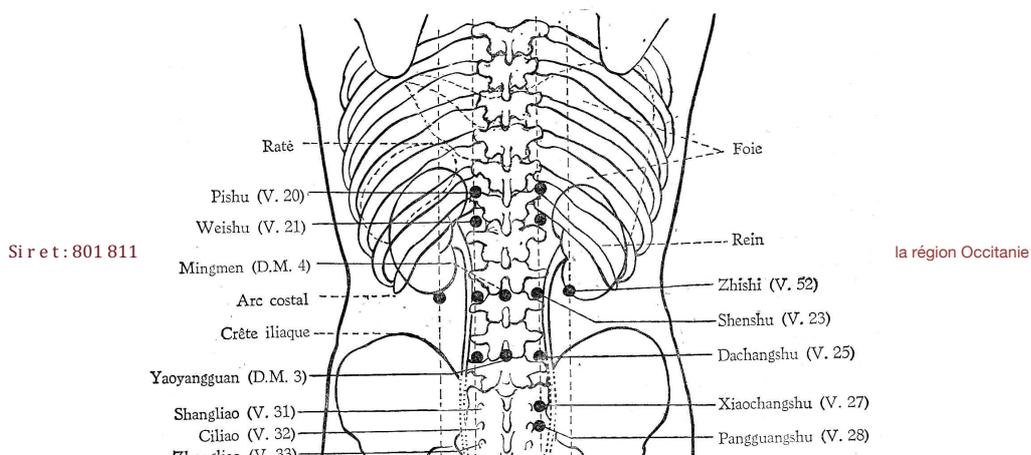
Ces outils permettent à l'apprenant de garder un lien avec le centre tout au long de sa formation

**J'ai bien pris note de toutes les informations données dans cette fiche, dont les modalités de formation, les tarifs, le programme et le règlement d'évaluation, et je valide leurs principes.**

**DATE :**

**SIGNATURE APPRENANT (précédée de la mention lu et approuvé, bon pour accord) :**

**EXTRAIT DE COURS SUR LE MASSAGE TUINA (page 23 du cours)**



### Points SHU du bas du dos

#### · LES POINTS HUA JUO JIA JI XUE (PRONONCER ROUA TUO TIA TISUÉ) :

Ces points découverts par le docteur Hua Juo sont essentiels dans la médecine traditionnelle chinoise moderne. Ils suivent un trajet parallèle à celui des points Shu, mais sont à seulement 0,5 cun de l'axe vertébral (Du Mai). Ils coïncident avec la racine des nerfs émergeants de la colonne vertébrale, et jouent un grand rôle sur le système nerveux autonome (neurones pré-ganglionnaires des centres inférieurs orthosympathiques et parasympathiques). L'action sur ces points est une des meilleures façons d'équilibrer un individu soumis au stress.

## 2.1 PROTOCOLE GENERAL

Le client est d'abord en décubitus ventral, bien détendu, ambiance calme, pièce à température normale. Le protocole peut être réalisé habillé ou en sous-vêtements (utilisation d'huile neutre).

### LE DOS

Commencer par effectuer Chan Fa sur le dos du client, en descendant vers le sacrum, afin de préparer la suite du protocole.

Effectuer Mo Fa en partant de la nuque et en descendant vers le sacrum, plusieurs fois de haut en bas jusqu'à une sensation de chaleur du client.

Effectuer Tan Bo sur les points Hua Juo Jia Ji Xue : un pouce sur l'autre, la pression doit être contre la colonne vertébrale, dans l'espace intervertébral des épineuses transverses. On applique cette technique en partant du côté gauche de la nuque vers le sacrum (le praticien est à la gauche de client), puis sur le côté droit de la nuque vers le sacrum (le praticien contourne la table sans perdre le contact avec son client et passe sur son côté droit).

AN FA et ROU FA sur les points SHU, en partant de la 1ère dorsale jusqu'au sacrum.

-----  
Nos formations ne sont pas reconnues par l'état, nous attestons d'une formation au sein d'une école privée

J'ai bien pris note de toutes les informations données dans cette fiche, dont les modalités de formation, les tarifs, le programme et le règlement d'évaluation, et je valide leurs principes.

DATE :

SIGNATURE APPRENANT (précédée de la mention lu et approuvé, bon pour accord) :