

# CENTRE MÉTA CONTACT

Formation professionnelle en  
massothérapie et en naturothérapie



[www.centremetacontact.com](http://www.centremetacontact.com)



Le Centre Méta Contact dispense un enseignement professionnel en massothérapie et en naturothérapie depuis 1994. Notre mission est d'assurer la réussite professionnelle et personnelle du massothérapeute. Cette réussite découle de la qualité de la formation; c'est pourquoi nous assurons la transmission d'un savoir et d'un savoir-être conformes aux exigences de la profession. Le Centre offre également une gamme complète de soins thérapeutiques ou de détente.





LA TRANSMISSION DU  
SAVOIR... ET DU  
SAVOIR-ÊTRE

Le Centre Méta Contact offre des programmes de formation et cours à la carte. Individuels ou en groupe, de niveaux débutant à avancés, nos cours et ateliers sont adaptés à vos besoins et à votre horaire. Que ce soit pour amorcer une nouvelle carrière, pour approfondir une technique apprise, pour intégrer des techniques additionnelles ou tout simplement pour le plaisir de masser vos proches, vous trouverez la formation qui vous convient.

Nos programmes de formation sont conformes aux profils des regroupements professionnels, y compris : Le Réseau des massothérapeutes professionnels du Québec (RMPQ), l'Association Canadienne des Thérapeutes en Médecines Douces (ACTMD), L'Association Nationale de Réflexologie du Québec (ANRQ), l'Association Nationale des Naturopathes (ANN) et la Corporation des massothérapeutes et autres praticiens praticiennes en approches corporelles (CMAPPAC).

### **Pour nous joindre**

Téléphone : (450) 676-5683

Courriel : [info@centremetacontact.com](mailto:info@centremetacontact.com)

[www.centremetacontact.com](http://www.centremetacontact.com)

[facebook.com/centremetacontact](https://facebook.com/centremetacontact)

### **Adresse**

1765, rue Coderre

Saint-Hubert (Qc) J3Y 4N4

Bénéficiez de l'expérience de formateurs spécialisés qui mettent à profit leur compétence et leur expérience pour assurer votre réussite professionnelle et personnelle.

**CAROLE MARTIN**

**MIREILLE BEAUDRY**

**ISABELLE CAHU**

**STÉPHANIE CÔTÉ**

**DOMINIQUE MERLIN**





# FORMATION PROFESSIONNELLE

Cheminement en massage suédois ou en polarité





Vous recherchez une formation pour transformer votre vie, découvrir de nouvelles connaissances ou amorcer une nouvelle carrière ? Nous offrons un programme complet de praticien professionnel en massothérapie (cheminement en massage suédois ou en polarité). Par ailleurs, une personne déjà diplômée peut approfondir une technique déjà apprise ou encore intégrer des techniques additionnelles.



# PRATICIEN PROFESSIONNEL EN MASSOTHÉRAPIE

Des cours complémentaires peuvent être pris à la carte en tout temps.  
Consultez la liste des prix.

## **NIVEAU 1 CHEMINEMENT EN MASSAGE SUÉDOIS**

**Durée : 435 heures**

Préalable : Introduction au massage suédois (15 h)  
Technique professionnelle en massage suédois (210 h : 150 h cours + 60 h stages)  
Anatomie de l'appareil locomoteur (45 h)  
Anatomie des systèmes (45 h)  
Relation d'aide I et technique d'entrevue (45 h)  
Code de déontologie I et II (30 h)  
Sexualité et éthique professionnelle (45 h)

## **NIVEAU 1 CHEMINEMENT EN POLARITÉ**

**Durée : 435 heures**

Préalable : Introduction à la polarité (15 h)  
Technique professionnelle en polarité (210 h : 150 h cours + 60 h stages)  
Anatomie de l'appareil locomoteur (45 h)  
Anatomie des systèmes (45 h)  
Relation d'aide I et technique d'entrevue (45 h)  
Code de déontologie I et II (30 h)  
Sexualité et éthique professionnelle (45 h)

## **NIVEAU 2**

**Durée : 1000 heures (cumul)**

Préalable : Praticien en massothérapie – niveau 1 (435 h)  
+  
Cheminement massage suédois (225 h, incluant stages) ou  
Cheminement polarité (225 h, incluant stages)  
+  
Kinésithérapie (245 h, incluant stages)  
Relation d'aide II (45 h)  
Évaluation et suivi thérapeutique (90 h)  
Synthèse et intégration de dossier (30 h)  
Démarrage et croissance d'entreprise, marketing, tenue de dossier (45 h)  
Technique de kinésithérapie (135 h)



Le Centre Méta Contact est reconnu comme établissement d'enseignement privé par les gouvernements provincial et fédéral. Tous nos cours sont exonérés de taxes.

De plus, les étudiants qui fréquentent notre établissement dans le but d'acquérir ou d'améliorer des compétences nécessaires à l'exercice d'une activité professionnelle seront admissibles à un crédit d'impôt pour frais de scolarité.

### **Conditions d'admission**

Avoir complété et répondu à toutes les exigences du cours d'introduction.

Avoir rempli la formule d'admission accompagné d'une photographie récente.

Avoir fourni copie du certificat de naissance ainsi que des relevés de notes ou diplômes obtenus.

Avoir au moins 18 ans.

### **Équivalences ou exemptions**

Une équivalence de cours peut être accordée pour les cours d'anatomie et relation d'aide, si l'étudiant a suivi ces cours dans un autre établissement similaire et qu'il répond à nos critères. Afin d'obtenir l'équivalence, il est possible qu'il doive se soumettre à un examen écrit ou pratique et des frais seront applicables.

### **Frais afférents**

Ouverture de dossier (65 \$)

Documents de cours (65 \$)

Reprise d'examens ou de travaux (70 \$)

Supervision individuelle (45 \$ l'heure)

Coaching d'évaluations (70 \$ l'heure)

Facilité de paiement en versements mensuels.





# COURS À LA CARTE

Apprenez à votre rythme



Une des particularités du Centre Méta Contact est de proposer des cours à la carte, c'est-à-dire que tous les cours à l'horaire peuvent être pris séparément selon vos disponibilités, vos intérêts, ou vos objectifs professionnels et personnels. Nous offrons aussi des cours en petit groupe ou en privé. Et pour accommoder tous les types de clientèle, les cours se donnent le jour, le soir ou les fins de semaine. L'horaire peut être étalé sur un, deux, trois ans, selon votre rythme et votre budget.

## **ANATOMIE DE L'APPAREIL**

**Durée : 45 heures**

L'appareil locomoteur comprend les os et les articulations des membres et de la colonne vertébrale ainsi que les ligaments, les muscles et les tendons qui les relient ou les actionnent. Durant ce cours, on y fait l'étude détaillée des grands muscles du corps humain et du squelette. L'étudiant pourra alors adapter les techniques de massage apprises en connaissance de cause, puisqu'il saura le nom des muscles et où ils sont situés.

## **ANATOMIE DES SYSTÈMES**

**Durée : 45 heures**

Durant ce cours, on fait l'étude détaillée des grands systèmes du corps humain : squelette, appareil cardiovasculaire, organes de la reproduction, système nerveux; ainsi que leurs désordres et dérèglements. À la fin de la formation, l'étudiant sera en mesure d'adapter les techniques de massage apprises en fonction des effets de diverses manœuvres sur le corps.

## **CHROMOTHÉRAPIE (INTRODUCTION)**

**Durée : 7,5 heures**

La chromothérapie est l'utilisation des longueurs d'ondes de la lumière dans les soins et la relaxation. Ce cours d'introduction vous propose d'aborder les propriétés des couleurs afin de comprendre et percevoir leur influence dans notre environnement, de prendre connaissance des recherches appliquées, le tout sous une forme à la fois didactique et ludique.

## **CODE DE DÉONTOLOGIE I**

**Durée : 15 heures**

Le respect du client, de soi-même, de la profession et des autres massothérapeutes. Cette formation explique les principes d'éthique professionnelle et les droits et règlements s'y rattachant. Des renseignements sont fournis sur le choix d'une association afin de pouvoir émettre des reçus de remboursement pour vos services en massothérapie.

## **CODE DE DÉONTOLOGIE II DÉVELOPPER SON RÉSEAU**

**Durée : 15 heures**

Ce cours vise l'application de la collaboration dans un partenariat avec les principaux intervenants œuvrant dans le domaine de la massothérapie et de la santé en général. Il donne aux massothérapeutes les outils pour répondre aux besoins spécifiques de la clientèle référée par d'autres professionnels de la santé.

## **DRAINAGE LYMPHATIQUE**

**Durée : 90 heures**

Le drainage lymphatique est une technique de massage faite de mouvements doux, lents et circulaires concentrés le long de la chaîne ganglionnaire. Il agit sur le système nerveux en éliminant le stress et l'anxiété; il élimine les toxines et améliore la circulation sanguine.

## **HARMONISATION RÉFLEXE DES CHAKRAS**

**Durée : 30 heures**

Une approche douce et énergétique sur les pieds et les mains en lien avec l'anatomie des chakras. Technique inspirée de la réflexologie permettant une harmonisation des plans physique, émotionnel, mental et spirituel. Ce processus permet aussi de développer ses qualités de compassion et d'éveil.

## **KINÉSITHÉRAPIE (INTRODUCTION)**

**Durée : 30 heures**

La kinésithérapie signifie la thérapie par le mouvement. C'est une technique qui a pour but de comprendre les causes possibles de la douleur et de la limitation articulaire. La technique est basée sur des mobilisations passives et actives, ainsi que des manœuvres spécifiques s'appliquant selon des paramètres précis adaptés à chacun selon les résultats de l'examen initial. Cette démarche favorise le processus de guérison des tissus.

## **MASSAGE BÉBÉ/ENFANT**

**Durée : 8 heures**

La mission du massage pour bébé/enfant est de créer le lien entre le parent et l'enfant à travers le toucher aimant et chaleureux. Ce massage permet d'apprendre le langage non-verbal et verbal du bébé/enfant tout en soulageant coliques, difficultés intestinales, fièvre et congestion.



## **MASSAGE POUR FEMME ENCEINTE**

**Durée : 15 heures**

Le massage pour femme enceinte est constitué de manœuvres douces et enveloppantes. Il favorise la prise de conscience corporelle par la future maman et soulage certains malaises liés à la transformation du corps durant la grossesse. L'apprentissage de ce massage s'adresse aussi à une clientèle ayant de la difficulté à se coucher sur le ventre soit à cause de douleurs lombaires ou d'obésité.

## **MASSAGE HOLISTIQUE DES PIEDS ET DES MAINS**

**Durée : 15 heures**

Une rencontre poétique avec les pieds et les mains, un rituel de massage enveloppant, généreux, intuitif et sensitif. On apprend à masser les pieds (jusqu'aux genoux) et les mains (jusqu'aux épaules) et à travailler sur les différents méridiens et aussi sur des points réflexes en manu-pression. C'est un massage d'une très grande douceur, relaxant et très efficace pour réduire les douleurs et dénouer les tensions.

## **MASSAGE LOMI LOMI**

**Durée : 22,5 heures**

Le massage Lomi Lomi est une pratique hawaïenne ancestrale qui procure le bien-être par un toucher englobant et rassurant. Et ce massage ne manque surtout pas de tonus afin de soulager les douleurs du corps ! La dimension spirituelle est aussi importante – une harmonie de gestes fluides propres à la coutume hawaïenne, permettant de rééquilibrer l'énergie et retrouver ainsi une sensation d'unité.

## **MASSAGE MÉTAMORPHIQUE**

**Durée : 15 heures**

Les principes de base de ce cours s'inspirent du massage métamorphique, selon la méthode de Robert Saint-John. L'approche permet de reconnecter l'individu à sa période prénatale, grâce à un massage de points réflexes de la colonne vertébrale sur les pieds, les mains et la tête. On retrouve ainsi la force de vie à l'œuvre pendant la gestation; ainsi, les blocages d'énergie peuvent être libérés et le potentiel d'auto-guérison actualisé.

## **MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES**

**Durée : 15 heures**

Des pierres volcaniques douces et lisses, déplacées lentement sur la peau, procurent un sentiment de détente profonde. Sous l'effet de la chaleur, les vaisseaux se dilatent, favorisant ainsi la circulation sanguine et lymphatique. La chaleur et la disposition des pierres permettent également de retrouver l'harmonie et la paix intérieure.

## **MASSAGE SUR CHAISE**

**Durée : 15 heures**

Le massage sur chaise est un soin de dix à trente minutes qui se déroule dans la position assise sur une chaise ergonomique, permettant ainsi de toucher la région du dos, de la nuque, des épaules aux mains et les zones du nerf sciatique. Il se pratique par-dessus les vêtements. Cet apprentissage permet d'adapter les manœuvres du suédois, de la polarité, du shiatsu ou du Reiki pour s'adapter aux différents besoins.

## **MASSAGE SUÉDOIS DE BASE**

**Durée : 15 heures**

Utilisant des manœuvres fermes, douces et enveloppantes, le massage suédois s'exécute avec de l'huile sur la musculature. Il favorise la circulation sanguine et lymphatique. De plus, il agit sur les muscles, la peau, la respiration, le système nerveux et la santé intégrale de la personne. Alliant la qualité de présence, le respect et le ressenti, ce contact d'effleurage et pression sur la peau favorise la relaxation.

## **MASSAGE SUÉDOIS PROFESSIONNEL**

**Durée : 210 heures (incluant les stages)**

**Préalable : massage suédois de base (15 h).**

Le massage suédois est un massage musculaire très efficace pour ses effets physiologiques – on utilise des techniques d'effleurage, de pétrissage, de fouage, de percussion, de friction, d'élongation, etc. Il assouplit la peau, dénoue les tensions musculaires, entretient la mobilité des articulations, stimule la circulation sanguine et lymphatique, élimine les toxines, améliore la qualité du sommeil et procure une grande détente.

## **MASSAGE DE LA TÊTE, DU VISAGE ET DE LA NUQUE**

**Durée : 15 heures**

Ce massage s'adresse à toutes les esthéticiennes, aux professionnelles de la coiffure ou encore aux massothérapeutes qui recherchent un perfectionnement en massothérapie. La tête, le visage et la nuque sont des zones où logent plusieurs points de tension. Cette zone a un impact important sur le corps au niveau du stress et de la vitalité. Ce massage soulage la plupart des céphalées, améliore la circulation sanguine et procure un sentiment de détente profonde.

## POINTS TRIGGER

Durée : 15 heures

Préalable : anatomie syst. locomoteur (45 h).

Les points trigger délogent toxines et traumatismes par l'application directe et profonde de pressions sur des points précis du myo-fascia, soulageant ainsi les zones de douleur par des ponçages spécifiques. Ce type de massage travaille au niveau des tensions musculaires. Efficace aussi bien pour des douleurs ressenties ou pour soulager les douleurs suite à un accident ou un travail répétitif.

## POLARISATION DES CHAKRAS

Durée : 15 heures

Les chakras sont des centres très puissants d'énergie localisés à différents endroits le long de la colonne vertébrale. Chaque chakra est associé à un courant d'énergie qui est en relation avec des organes ainsi qu'avec différentes fonctions du corps. Ceux-ci correspondent aux cinq éléments et sont aussi associés aux couleurs ainsi qu'à des sons. Apprendre à les reconnaître, les ressentir et les équilibrer.

## POLARITÉ DE BASE

Durée : 15 heures

La polarité est une approche douce de toucher directement sur les vêtements qui a pour objectif de libérer les blocages émotionnels. Elle favorise une régularisation des aspects physique, émotionnel, mental et spirituel de la personne, et produit généralement un plus grand calme. Ce cours est une introduction à la polarité dans l'apprentissage d'une séance d'ouverture.

## POLARITÉ DES CLÉS ASTROLOGIQUES

Durée : 7,5 heures

Cette polarisation intègre les douze signes astrologiques associés à chacun des 4 éléments qui constituent la fondation du corps humain dès sa naissance. Chaque région du corps est gouvernée par un signe du zodiaque en particulier. Chacun des 4 éléments est dans un processus d'interrelations créant les 4 triangles AIR – EAU – FEU – TERRE, une compréhension et un respect du mouvement naturel de la vie.

## POLARITÉ PROFESSIONNELLE

Durée : 210 heures (incluant les stages)

Préalable : polarité de base (15 h).

La polarité est une technique du docteur Randolf Stone qui vise à harmoniser le balancement de l'énergie vitale afin de la faire circuler librement dans le corps. Cette méthode de guérison naturelle se fait par-dessus les vêtements à travers les mains et permet de développer une attitude mentale positive empreinte d'amour envers la vie. Approche douce de la santé, elle touche l'individu dans toute sa globalité pour un bien-être physique, émotionnel et mental.

## POLARITÉ DES POINTS NEUROTONIQUES

Durée : 7,5 heures

L'activation des points neurotoniques situés principalement sur la tête régularise l'énergie des méridiens, et augmente le flot sanguin des muscles et des organes associés à chacun d'eux. L'information est envoyée au cerveau, permettant ainsi de soulager vertige, fatigue, dépression, problème de peau et d'éliminer les toxines.

## POLARITÉ DE L'ÉLÉMENT AIR

Durée : 7,5 heures

La polarité de l'élément AIR vise à rétablir l'équilibre de l'énergie vitale du corps tout en lui donnant de l'espace et de la liberté (en nettoyant, évacuant et soulageant). Dans ce cours, nous découvrons l'élément AIR dans tous ses aspects autant physique (système respiratoire et circulatoire), psychologique (équilibre, humour et communication) et spirituel (beauté, amour inconditionnel, respect et harmonie).

## POLARITÉ DE L'ÉLÉMENT EAU

Durée : 7,5 heures

La polarité de l'élément EAU vise à rétablir l'équilibre de l'énergie vitale du corps tout en libérant les blocages émotionnels. Lors de la formation, l'élément EAU est présenté dans son ensemble – l'aspect physique (système lymphatique et liquidien), l'aspect psychologique (tendresse, amour maternel et sensibilité) et l'aspect spirituel (écoute intérieure, purification et joie).

## POLARITÉ DE L'ÉLÉMENT ÉTHER

Durée : 7,5 heures

La polarité de l'ÉTHER vise à créer l'espace pour le déploiement des autres éléments, l'Éther étant la matrice qui permet le mouvement à un niveau subtil. Cette polarité constitue un mouvement puissant vers l'espace et le calme. On explore le toucher sensible et sattvique, la qualité d'attention venant du cœur, et l'écoute crânio-sacrale pour stimuler le flux du liquide céphalo-rachidien et les énergies éthériques qu'il transporte.

## POLARITÉ DE L'ÉTOILE

Durée : 7,5 heures

L'étoile à cinq branches est l'étoile flamboyante de toutes les initiations, symbole d'équilibre, d'harmonie et du plus haut idéal humain. La polarité de l'ÉTOILE vise à polariser l'énergie de l'être (en relation avec l'Eau) et à débloquer les vieux schémas de tension et de cristallisation émotionnelles.

## POLARITÉ DE L'ÉLÉMENT FEU

Durée : 7,5 heures

La polarité de l'élément FEU vise à rétablir l'équilibre de l'énergie vitale du corps tout en libérant les aspects spirituels (lumière, rayonnement, expression de l'âme), physique (système digestif, nerveux et musculaire) et psychologique (action, agressivité, pouvoir, chaleur, générosité et volonté).

## POLARITÉ DE L'ÉLÉMENT TERRE

Durée : 7,5 heures

Lors de la formation, nous découvrons l'élément TERRE dans son ensemble – l'aspect physique (structure osseuse, système intestinal, et fabrication et régénération des tissus), l'aspect psychologique (enracinement, force, solidarité, responsabilité, concentration) et l'aspect spirituel (incarnation).

CHOISIR = SUBIR

LE SOI INCARNÉ = LIBERTÉ VÉRITABLE

## POLARITÉ DU SYSTÈME NERVEUX I ET II

Durée : 15 heures

La polarité du SYSTÈME NERVEUX vise à équilibrer les énergies positives Yang et négatives Yin dans leur expression des deux pôles du système nerveux, favoriser le flux du liquide céphalo-rachidien et des énergies qu'il transporte et amener la relation entre les différents systèmes en équilibre. Lors de la formation, nous apprenons à travailler sur les trois pôles d'expression de l'énergie dans le corps humain – les systèmes nerveux central, sympathique et parasympathique.

## RÉFLEXOLOGIE DES MAINS

Durée : 22,5 heures

La réflexologie des mains est très simple. Elle s'effectue rapidement et en toutes circonstances. La stimulation des points énergétiques se fait par pressions, micro massage circulaire ou linéaire. On stimule les zones qui correspondent aux différents organes et systèmes du corps sur les deux mains. Un toucher spécifique appliqué sur ces zones permet de localiser et soulager les tensions et de rétablir l'équilibre ainsi libéré.

## RÉFLEXOLOGIE DES PIEDS

Durée : 60 heures

La réflexologie des pieds améliore la circulation et favorise un meilleur fonctionnement de l'organisme. C'est aussi une médecine douce fondée sur le principe qu'il y a dans les extrémités des pieds, des points réflexes qui correspondent à chaque partie du corps. Dans l'apprentissage des points réflexes situés sur les pieds, cette technique d'accupression déclenche les mécanismes d'auto-régénération et de détente profonde.

## REIKI I

Durée : 7,5 heures

D'origine japonaise, le Reiki vise l'harmonisation des corps physique, mental, émotionnel et spirituel, en faisant appel à l'énergie universelle qui anime et soutient la vie. Cette méthode simple de guérison naturelle est transmise et enseignée par les maîtres Reiki qui ont été initiés selon les traditions du Dr Usui. Le Reiki est accessible à tous. Lors de ce premier degré, en plus de connaître les origines et effets du Reiki, vous recevrez trois symboles sacrés et vous apprendrez la technique d'auto-traitement.

## REIKI II

Durée : 15 heures

Au deuxième degré du Reiki vous irez plus en profondeur dans la compréhension et l'expérimentation de cette approche de guérison naturelle. Vous apprendrez à tracer les trois symboles reçus lors du premier degré, ainsi que leurs significations. On vous enseigne la façon de transmettre le Reiki à distance et de donner un traitement de Reiki à vos proches et vos clients. Cette deuxième initiation vous permettra d'élever vos vibrations, de ressentir davantage le canal d'énergie et de pratiquer les enseignements.

## REIKI III ET MAÎTRISE

Durée : 30 heures

Vous apprendrez à maîtriser parfaitement tous les symboles associés à l'énergie vitale du Reiki ainsi que le symbole du maître et comment l'utiliser, c'est-à-dire, comment réaliser les initiations ; acquérir la capacité de transmission, de savoir, de soutien et de guidance aux personnes qui en auront besoin ; à former des personnes de confiance afin qu'elles puissent guider d'une façon intègre les enseignements du Reiki.



## RELATION D'AIDE I ET TECHNIQUE D'ENTREVUE

Durée : 30 heures

Le but de ce cours est d'initier l'étudiant aux techniques de base de la communication et de la relation d'aide afin qu'il puisse connaître, structurer, diriger, développer et approfondir : la partie verbale du massage ; les attitudes thérapeutiques ; l'accompagnement du client dans son rôle d'aidant. L'enseignement des compétences : cognitives, affectives et interactives.

## RELATION D'AIDE II

Durée : 30 heures

Ce cours permet de développer davantage sa connaissance de soi et de l'autre ; de reconnaître les pièges dans la relation thérapeutique en massothérapie ; de reconnaître les mécanismes de défense dans la communication entre le massothérapeute et son client ; et d'approfondir l'intégration de l'empathie. Préalable : relation d'aide I et technique d'entrevue (45 h).

## RENAIS-SENS

Durée : 15 heures

Cet atelier vous donne la possibilité de revisiter vos « empreintes » de naissance pour vous permettre de choisir aujourd'hui votre chemin de vie et ainsi accéder à votre plein potentiel. Nous expérimenterons, par des rituels sacrés, les étapes de la préconception, la conception, la gestation et la naissance. Ces rituels permettront d'amener à la conscience ce grand voyage que nous avons tous parcouru sans en avoir conservé des souvenirs conscients.

## RITUEL DE BAIN DE PIEDS

Durée : 4 heures

Venez explorer vos sens ! Une symbolique mystique de donner et de recevoir un bain de pieds. Ce rituel avec l'eau, les parfums et les sons se déroule dans un contexte privilégié et dans le sacré du toucher.

## SEXUALITÉ ET ÉTHIQUE PROFESSIONNELLE

Durée : 45 heures

Sensibilisation à des situations concrètes dans un contexte professionnel. L'exploration des attitudes, réactions et valeurs des clients par rapport à celles du thérapeute. Prise de conscience des comportements qui peuvent mener à la confusion entre affectivité, intimité et sexualité dans un contexte qui peut inclure la nudité et le toucher en massothérapie.

## SYNTHÈSE ET INTÉGRATION DE DOSSIER

Durée : 30 heures

Cette formation permet de revoir avec l'étudiant chaque étape de sa formation dans le but de s'assurer de sa capacité à bien appliquer les techniques enseignées par des exercices pratiques ; revoir l'approche client et les consignes – notamment le respect, l'hygiène, la sexualité ; créer un dossier client ; identifier les limites d'intervention du praticien en massage par rapport à la problématique soulevée par le client et le référer au besoin.

## TOUCHER THÉRAPEUTIQUE I

Durée : 15 heures

Fondé par Dolorès Krieger, le toucher thérapeutique, aussi simple soit-il, vise à se donner l'espace d'expérimenter ce que nous percevons depuis toujours, soit de toucher sans toucher. Cette technique permet de différencier la dynamique rationnelle en comparaison avec la dynamique sensorielle et intuitive. On peut alors explorer des champs d'énergie autour du corps physique. La pratique du toucher thérapeutique entraîne à long terme une déprogrammation des cellules -mémoire responsables de nos souffrances.

## TOUCHER THÉRAPEUTIQUE II

Durée : 7,5 heures

Le toucher thérapeutique, aussi appelé harmonisation des corps subtils, amplifie le taux vibratoire du donneur et du receveur. Il y a exploration des mouvements énergétiques des chakras et l'harmonisation à l'aide d'un pendule. Dans l'exploration des mouvements, nous palpons les différents corps éthériques autant aux niveaux physique et émotif que mental. Selon les lois de la métaphysique :

Action = réaction  
Pensée = émotion

TITRE DU COURS	* Préalable requis	DURÉE	COÛT
Anatomie de l'appareil locomoteur		45 h	540 \$
Anatomie des systèmes		45 h	540 \$
Chromothérapie (introduction)		7,5 h	165 \$
Code de déontologie I		15 h	210 \$
Code de déontologie II (développer son réseau)		15 h	210 \$
Drainage lymphatique		90 h	1 080 \$
Harmonisation réflexe des chakras		30 h	465 \$
Kinésithérapie (introduction)*		30 h	465 \$
Kinésithérapie : possibilité de 200 heures de cours + stages		200 h	
Massage bébé/enfant		8 h	95 \$
Massage pour femme enceinte*		15 h	225 \$
Massage holistique des pieds et des mains*		15 h	225 \$
Massage Lomi Lomi		22,5 h	315 \$
Massage métamorphique		15 h	225 \$
Massage aux pierres chaudes*		15 h	225 \$
Massage suédois de base		15 h	210 \$
Massage suédois professionnel* (stages inclus) + 65 \$ documents + livres obligatoires		210 h	2 520 \$
Massage sur chaise*		15 h	225 \$
Massage de la tête, du visage et de la nuque*		15 h	225 \$
Points trigger*		15 h	225 \$
Polarisation des chakras		15 h	210 \$
Polarité de base		15 h	210 \$
Polarité professionnelle* (stages inclus) + 65 \$ documents + livres obligatoires		210 h	2 520 \$
Polarité des clés astrologiques*		7,5 h	165 \$
Polarité des points neurotoniques*		7,5 h	165 \$
Polarité de l'élément AIR		7,5 h	165 \$
Polarité de l'élément EAU		7,5 h	165 \$
Polarité de l'élément ÉTHER		7,5 h	165 \$

TITRE DU COURS <small>* Préalable requis</small>	DURÉE	COÛT
Polarité de l'ÉTOILE	7,5 h	165 \$
Polarité de l'élément FEU	7,5 h	165 \$
Polarité de l'élément TERRE	7,5 h	165 \$
Polarité du SYSTÈME NERVEUX I et II (7,5 heures chaque)	15 h	320 \$
Réflexologie des mains	22,5 h	315 \$
Réflexologie des pieds	60 h	720 \$
Reiki I	7,5 h	165 \$
Reiki II	15 h	195 \$
Reiki III (maîtrise)	30 h	400 \$
Relation d'aide I et technique d'entrevue	45 h	540 \$
Relation d'aide II	30 h	395 \$
Renaiss-sens	15 h	250 \$
Rituel bain de pieds	4 h	65 \$
Sexualité et éthique professionnelle	45 h	540 \$
Synthèse et intégration de dossier	30 h	395 \$
Toucher thérapeutique I	15 h	295 \$
Toucher thérapeutique II	7,5 h	165 \$






A close-up photograph of a person's back during a hot stone massage. Several smooth, dark, oval-shaped stones are placed on the skin. The person is wearing a white towel or sheet over their head and shoulders. The background is softly blurred, showing a wooden surface.

# SOINS EN MASSOTHÉRAPIE

Une invitation à la détente



Un accueil chaleureux et personnalisé vous attend au Centre Méta Contact. Découvrez le massage qui est le plus approprié à vos besoins parmi notre éventail de soins thérapeutiques ou de détente en massothérapie et en naturothérapie. Bénéficiez de notre savoir-faire !



## TECHNIQUES ÉNERGÉTIQUES DE MASSAGE, SANS HUILE

Ces techniques offrent une alternative intéressante aux massages plus conventionnels avec huile. Puisqu'aucune huile n'est utilisée, le client peut conserver ses vêtements. Il s'agit de techniques douces qui s'adressent à toutes les clientèles : bébé, enfant, adulte et personne âgée. Il n'y a aucune contre-indication à recevoir ces massages, qui peuvent être très bénéfiques pour les personnes souffrantes ou diminuées physiquement.

POLARITÉ

REIKI

RÉFLEXOLOGIE

TOUCHER THÉRAPEUTIQUE

MASSAGE SONORE

MASSAGE MÉTAMORPHIQUE

MASSAGE SUR CHAISE





## TECHNIQUES CORPORELLES DE MASSAGE, AVEC HUILE

Les massages avec huile allient les bienfaits du massage à ceux des huiles essentielles. Ces massages se font dans le respect de la clientèle, dans un but thérapeutique ou de détente. Bien qu'une huile de massage soit utilisée, une couverture couvre toujours le client et seule la partie massée est découverte.

MASSAGE SUÉDOIS  
DRAINAGE LYMPHATIQUE  
MASSAGE LOMI-LOMI  
MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES  
MASSAGE POUR FEMME  
ENCEINTE



### **Nos tarifs**

Massage de 30 minutes : 40 \$

Massage de 60 minutes : 80 \$

Massage de 90 minutes : 110 \$

Les taxes sont incluses.

Des reçus pour les assurances sont disponibles (en massothérapie ou en naturopathie).

### **Nos forfaits**

3 massages de 60 minutes : 210 \$

6 massages de 60 minutes : 420 \$

9 massages de 60 minutes : 640 \$

### **Nos bons-cadeaux**

Vous êtes à la recherche du cadeau idéal ? Offrez un soin en massothérapie à un(e) ami(e) ou à un proche de la famille. Nos bons-cadeaux sont toujours appréciés.

### **Pour nous joindre**

Téléphone : (450) 676-5683

Courriel : [info@centremetacontact.com](mailto:info@centremetacontact.com)

[www.centremetacontact.com](http://www.centremetacontact.com)

[facebook.com/centremetacontact](https://facebook.com/centremetacontact)

### **Adresse**

1765, rue Coderre

Saint-Hubert (Qc) J3Y 4N4



## CAROLE MARTIN

Présidente-fondatrice

Massothérapeute

Naturothérapeute

Maître-praticienne en P.N.L.

Maître Reiki

Massothérapeute depuis 1985, Carole Martin a fondé le Centre Méta Contact en 1994, parallèlement à sa pratique privée. Elle a toujours approfondi ses connaissances et a suivi de nombreuses formations en massothérapie, approches énergétiques, relation d'aide, etc. Son enseignement s'appuie donc sur une longue expérience pratique et sur des connaissances étendues visant le bien-être physique, émotionnel et spirituel.

Expérimentez le  
lâcher-prise et  
faites confiance à  
votre intuition.



1765, RUE CODERRE, SAINT-HUBERT (QUÉBEC) J3Y 4N4

TÉLÉPHONE : (450) 676-5683

COURRIEL : [INFO@CENTREMETACONTACT.COM](mailto:INFO@CENTREMETACONTACT.COM)

[www.centremetacontact.com](http://www.centremetacontact.com)