

Pré-requis : Tout public.

Public visé : Esthéticiennes, salariées ou indépendantes, qui souhaitent acquérir une certification complémentaire.

Spécialité de la formation : 336 - Coiffure, esthétique et autres spécialités de services aux personnes

Format : Présentiel



TARIFS

700€ HT

ACOMPTE (20%)

140,00€ HT



DURÉE

14h00



Accessible pour les personnes en situation de handicap

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation par le formateur à partir :

- d'un entretien individualisé réalisé préalablement à l'entrée en formation,
- d'un questionnaire à chaud en fin de formation
- d'un questionnaire à 3 mois après formation

Attestation de formation : l'apprenant obtient une attestation de formation.

MATÉRIEL À FOURNIR

- Aucun

MATÉRIEL FOURNI PAR LE CENTRE

- Tout le matériel nécessaire à la formation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage Ayurvédique

Indications et contres indications du massage

Théorie sur le massage : Principes, différentes techniques de base et déclinaisons

Adapter la fluidité, la posture à la morphologie du massé

Être capable d'apporter un massage complet qui englobe une relaxation globale du corps et de l'esprit

Developper ses compétences dans le domaine du bien-être

Maitriser les différentes techniques utilisées dans le massage

Effleurages, pressions, percussions, pétrissage, étirements...

MODALITÉS DE SUIVI ET D'EXÉCUTION DE LA FORMATION

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation

Feuilles de présence

Questions orales ou écrites (QCM)

Formulaires d'évaluation de la formation

Remise du livret et de brochures

Explication sur vidéo-projecteur et Paper Board

Dossiers pédagogiques, cahier technique

Outils professionnels de la formation

La visite d'un coach dans le mois qui suit la formation aura lieu afin de garantir un suivi et d'évaluer les compétences acquises

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES UTILISÉES

- Cette formation s'organise autour de différents ateliers interactifs de mise en pratique de diverses réalisations afin d'amorcer différentes problématiques techniques et d'approfondir le maximum d'explications dans la réflexion et dans les résolutions et réalisations des cas techniques

- Un travail d'analyse théorique et pratique à travers les différentes approches en consultation et diagnostics

- Un travail de recherche et mise en valeur des techniques réalisées

- Des ateliers pratiques qui permettent d'enrichir sa créativité et sa sensibilité à l'esthétique

- La mise en place d'un service personnalisé de chaque stagiaire doit lui permettre à l'issue de formation :

D'évaluer sa propre progression

De lister les nouvelles compétences qu'il a obtenu de chaque enseignement, par le processus de consolidation et d'approfondissement de son savoir-faire

- Les objectifs d'acquisition et d'application sont rappelés à chaque étape

- Exposé, travail de groupe, ateliers techniques et mise en pratique sur modèles

MOYEN D'ENCADREMENT

Sarah SEMIGLIA

Diplômée en BTS Esthétique. 7 ans d'expériences

Pré-requis : Tout public.

Public visé : Esthéticiennes, salariées ou indépendantes, qui souhaitent acquérir une certification complémentaire.

Spécialité de la formation : 336 - Coiffure, esthétique et autres spécialités de services aux personnes

Format : Présentiel



TARIFS

700€ HT

ACOMPTE (20%)

140,00€ HT



DURÉE

14h00



Accessible pour les personnes en situation de handicap

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation par le formateur à partir :

- d'un entretien individualisé réalisé préalablement à l'entrée en formation,
- d'un questionnaire à chaud en fin de formation
- d'un questionnaire à 3 mois après formation

Attestation de formation : l'apprenant obtient une attestation de formation.

MATÉRIEL À FOURNIR

- Aucun

MATÉRIEL FOURNI PAR LE CENTRE

- Tout le matériel nécessaire à la formation

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

PREMIÈRE JOURNÉE

Accueil des participants
Présentation du formateur et des participants
Présentation du déroulement du stage
Introduction à l'Ayurveda, principes de base et son histoire
Exercices de détente
Préparation au massage : Exercice de respiration avec les stagiaires
Massage de la tête en position assise
Pratique en binôme
Démonstration du massage du dos sur modèle
Massage du dos, des fessiers, des jambes et des pieds
Pratique en binôme
Questions/Réponses sur l'intégration des manœuvres

PAUSE DÉJEUNER

Comprendre les doshas
Test de constitution
Contre-indications pour ce massage
Exercices de détente (auto-massage)
Démonstration massage du buste et des bras
Pratique en binôme
Questions/Réponses sur l'intégration des manœuvres

DEUXIÈME JOURNÉE

Révision des manœuvres de la veille et bilan de leurs intégrations
Posturologie
Questions/Réponses sur l'intégralité des manœuvres
Comment vendre le soin en institut (conseil, argumentaire de vente)
Veille commerciale

PAUSE DÉJEUNER

Prise en charge du modèle
Pratique de l'ensemble du massage sur modèle
Évaluation pratique et test de connaissances
Débriefing - Questions / Réponses

SYNTHÈSE

Commentaires de groupe sur les résultats et les modalités de réalisations, les contraintes rencontrées
Échanges d'expérience et ressentis
Auto-évaluation : les objectifs d'application de la journée atteints et les progressions de chacun
Évaluation individuelle de chaque participant par le formateur

FIN DE STAGE

CONCLUSION

Questionnaire d'évaluation du stage à remplir par le stagiaire
Système d'évaluation à travers une fiche d'évaluation faite par le stagiaire et le formateur
Remise au stagiaire d'une attestation de fin de stage
Envoi au propriétaire du salon de coiffure (commanditaire) d'une attestation d'assiduité