

## Massage liftant du visage japonais

Massage liftant, repulpant, décontractant et relaxant inspiré de techniques japonaises, on le surnomme le lifting naturel.

Il est constitué de manœuvres de lissage, pétrissage, fouage, drainage, battage, tapotement, digito-pression, et a une durée comprise entre 45mn et 1h selon le travail nécessaire et l'état cutané du receveur.

Il peut être proposé en soin unique, ou incorporé dans un protocole de soin du visage anti-âge, en complément ou en remplacement du modelage.

Il peut aussi être proposé en cure, de 5 à 10 séances espacées d'une semaine, pour un effet durable.

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"><li>x Faire attention à son ergonomie et à celle du receveur lors de l'installation.</li><li>x Comprendre les bénéfices du massage, et savoir quand et comment le proposer selon les besoins du receveur</li><li>x Comprendre l'impact des manœuvres sur les tissus musculaires et cutanés</li><li>x Choisir l'huile de massage adaptée</li><li>x S'entretenir avec le receveur afin de détecter d'éventuelles pathologies et contre-indications ne permettant pas la pratique du soin, ou partiellement.</li><li>x Dérouler le protocole de manière logique et cohérente</li><li>x Exécuter correctement les manoeuvres</li><li>x Recueillir auprès du receveur les bénéfices ressentis lors du soin et/ou ultérieurement.</li></ul>
Public	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Esthéticien.nes diplômé.es</li><li>➤ Soci-esthéticien.nes diplômé.es</li><li>➤ Praticien.nes en massages bien-être</li></ul>
Pré-requis	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ CAP, BEP, BACPro, BTS ECP</li><li>➤ Titre Socio-esthétiques</li><li>➤ Titre Technicien.ne Spa</li><li>➤ Attestation.s de formation au massage bien-être</li></ul>
Responsable de la formation	Marine Schwenk (Titre FPA)
Formatrice	Marine Schwenk (Socio-esthéticienne CODES)
Lieu de la formation	Institut / Salle/ Domicile

Moyens pédagogiques et techniques	<u>Travail sur modèles et/ou en binôme</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tables de massages (Stagiaire/Elloa)</li> <li>• Chaises</li> <li>• Feutres, stylos, crayons de différentes couleurs (schémas à remplir) Fourni par Elloa Formations</li> <li>• Serviettes</li> <li>• Coussins</li> <li>• SHA</li> <li>• Huiles de massage</li> <li>• Consommables</li> <li>• Paper-Board ou planche plastifiées A3</li> <li>• Livret de formation (papier ou sur USB) contenant : <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Protocole, planches anatomiques, schémas.</li> </ul> </li> </ul>
Dispositif de suivi	Feuille d'émargement à la demi-journée Questionnaire de satisfaction
Dispositif d'évaluation sommative	Protocole complet réalisé sur modèle assis, puis allongé.
Dispositif de résultat	Remise d'attestation de formation délivrée par Elloa Formations
Durée de la formation	16h
Prix de la formation	512€TTC / praticien.ne au-delà de 50km de La Rochelle, frais kilométriques selon barème des impôts de l'année en cours
Mode de paiement	Chèque ou espèces

## Contenu de la formation/programme détaillé

### Jour 1

#### 9h-Accueil des stagiaires : Emargement

- x Présentation du déroulé et du contenu de la formation
- x Remises des supports

#### 9h30-Théorie

- x Connaître l'anatomie de l'ensemble des zones massées
- x Faire le lien avec les manœuvres de massage, et les bénéfices pour le receveur.
- x Etre attentif.ve à l'exécution des manœuvres, afin de ne pas créer de douleurs, ou gênes.
- x Choisir une huile de massage adaptée en fonction du type de peau du massé.
- x Vérifier la présence de contre-indications ou no à la pratique du massage

10h45-PAUSE

#### 11h-Pratique :

- x Tour 1 : Apprentissage des manoeuvres de prises de contact et du décolleté.
- x Tour 2 : Apprentissage des manoeuvres de prises de contact et du décolleté.

#### 12h30-Dessins des manœuvres sur les schémas

13h-PAUSE MERIDIENNE

#### 14h-Pratique Emargement

- x Tour 1 : Apprentissage des manoeuvres de lissage du visage
- x Tour 2 : Apprentissage des manoeuvres de lissage du visage

15h30-PAUSE

#### 15h45-Pratique

- x Tour 1 : Apprentissage des manoeuvres techniques du visage
- x Tour 2 : Apprentissage des manoeuvres techniques du visage

#### 17h00Dessins des manœuvres sur les schémas

#### 17h30-Debriefing pour vérifier la compréhension des apprenants

### Jour 2

#### 9h-Accueil des stagiaires : Emargement

Questions-réponses sur l'es apprentissages de la veille

#### 9h30-Pratique

- x Tour 1 : Réalisation de l'enchaînement de la veille
- x Tour 2 : Réalisation de l'enchaînement de la veille

11h15-PAUSE

#### 11h30-Pratique :

- x Tour 1 : Apprentissage des manoeuvres de digito-pressions et de prise de congé
- x Tour 2 : Apprentissage des manoeuvres de digito-pressions et de prise de congé

12h30-Dessins des manœuvres sur les schémas

*13h-PAUSE MERIDIENNE*

14h-Debriefing sur l'ensemble du protocole, questions-réponses. Emargement

14h45-Réalisation du protocole complet : (Evaluation sommative)

x Réalisation du protocole complet 1<sup>er</sup> groupe

*16h-PAUSE*

16h15-Réalisation du protocole complet : (Evaluation sommative)

x Réalisation du protocole complet 2<sup>nd</sup> groupe

17h30-Questionnaire de satisfaction

17h45-Remise d'attestation de formation