

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Être en capacité de dispenser un massage tenseur du Visage en respectant les règles d'hygiène, de confort de votre cliente, en respectant également l'enchaînement des manœuvres et leurs bonnes exécutions et ceci afin de le proposer comme nouvelle prestation à sa clientèle.

PUBLIC CONCERNÉ

Esthéticiennes, praticiens du bien-être, reconversion professionnelle, particulier après entretien téléphonique.

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis.

CATÉGORIE DE L'ACTION

Acquisition et/ou entretien des connaissances.

MOYENS-PÉDAGOGIQUES-RESSOURCES

Support de formation

Démonstration

Pratique sous forme de binôme

Tests

MOYENS TECHNIQUES

Matériel fourni : tables de massage, matelas chauffants, linge et huile

Paper board et ou vidéo projecteur pour la partie théorique

Travail sous forme de binôme

Séance d'analyse et de synthèse du travail effectué réalisé chaque jour

Réalisation d'un protocole complet par chaque apprenant en 2^{ème} partie de 2^{ème} journée.

MODALITÉS DE SUIVI DES APPRENANTS ET D'APPRÉCIATION DE LA FORMATION

Attestation de présence

Attestation d'assiduité

Attestation de fin de formation

Évaluation en fin de formation : chaque stagiaire sera évaluée sur la réalisation d'un protocole de massage Tenseur du Visage dans son intégralité en respectant les règles d'hygiène, de confort de la cliente, l'enchaînement des manoeuvres, leurs bonnes réalisations dans un temps donné, la posture de l'apprenant.

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : **Isabelle**

06.16.33.84.04 : **Alexandra**

Évaluation en fin de formation de la satisfaction et des attentes possibles

INTERVENANTE

Alexandra FLORENCIO : Formatrice depuis 2006, diplômée d'un BTS d'esthétique, a eu également son propre institut de beauté comme chef d'entreprise. Alexandra a, par ailleurs, suivi des études en kinésiologie, médecine chinoise, réflexologie plantaire. Diplômée de la formation de formateur depuis septembre 2018.

INSCRIPTION & DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription se fait par mail/téléphone/site internet auprès d'Isabelle Danet et/ou Alexandra Florencio qui valident la faisabilité de la formation, notamment pour les particuliers.

Un programme et un devis sont envoyés. À l'issue de la validation du devis, la formation pourra être planifiée en fonction des contraintes de l'organisme collecteur leur afférent : de 1 à 15 jours.

DURÉE

Nombre d'heures 16 heures.

PARTICIPANTS

Par groupe de 8 (huit) maximum

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES : Formation accessible et pour toute adaptation, merci de revenir vers Isabelle Danet ou Alexandra Florencio.

PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION MASSAGE TENSEUR DU VISAGE

1er JOUR :

09h30-10h00 Présentation

10h00-11h30 Théorie

Théorie : les causes du vieillissement

11h30-12h30 Démonstration des premières manœuvres : DOS

- Appliquer l'huile
- Descendre avec pouce et index écartés de part et d'autre colonne vertébrale jusqu'à la région lombaire et masser cette dernière
- Lisser le pourtour des omoplates avec les pouces
- « essuie glace » sur rebord interne des omoplates
- Foulage articulation épaule
- Pétrissage triceps
- Pétrissage flanc/flanc
- Pétrissage bras/trapèze/bras

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : [Isabelle](#)

06.16.33.84.04 : [Alexandra](#)

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

- Travailler le pourtour de l'omoplate avec les pouces qui remontent
- Friction bord interne de l'omoplate
- Glisser alternativement du trapèze vers les lombaires
- Poser mains l'une sur l'autre sur épaule exercer une pression
- Idem deuxième coté

13h30-14h30 Deuxième groupe apprend les mêmes manoeuvres

14h30-16h30

DECOLLETÉ:

- Effleurage visage
- Effleurage grands pectoraux
- Pression, sur 3 points zone sous clavière
- Pression 3 points trapèzes
- Foulage avec les poings zone sous clavière
- Lissage avec les pouces entre clavicule et côte
- Idem plus bas
- Envelopper bras
- Partir du cou vers coude et lâcher

TÊTE SUR LE COTÉ

- Lisser alternativement le trapèze
- Idem avec poing
- Travailler le sterno-cléido-mastoidien avec le pouce
- Lisser alternativement le trapèze
- Battage sur joue
- Lisser alternativement le muscle du trapèze
- Idem deuxième coté

16h30-18h00 Deuxième groupe

18h 18h30 Prise de notes

2ème JOUR :

09h30-11h00 Démonstrations des manoeuvres suivantes : MASSAGE DU VISAGE

- Lisser ovale plus pression tempes
- Lisser sillon naso génien
- Chasser du milieu vers l'extérieur avec la pulpe des doigts
- Éventail joue
- Mouvements circulaires avec doigts maxillaire inferieur
- Remonter commissures des lèvres
- Idem jusqu'à la naissance du sourcil
- Lisser pyramidal exécuter un mouvement croisé alterné sur la ride du lion
- Idem sur tout le front
- Exercer une pression lente sur trois endroits : sommet du front/tempes/devant oreille

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : [Isabelle](#)

06.16.33.84.04 : [Alexandra](#)

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

- Mouvement circulaire sur muscle masseur
- Effleurage ovale du visage

BRAS :

- Manœuvres alternés de l'épaule aux mains
- Vibrations

11h00-12h30	Les receveurs deviennent praticiens
13h30-14h30	Analyse & prise de note du travail effectué.
14h30-16h15	Pratique d'un protocole complet sous forme de binôme.
16h15-17h45	Changement de groupe. Les receveurs deviennent praticiens.
17h45-18h15	Évaluation.
18h00-18h30	REMISE DES ATTESTATIONS DE FORMATION

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : [Isabelle](#)

06.16.33.84.04 : [Alexandra](#)

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64