

PROGRAMME DE FORMATION

MODELAGE EVEIL DU COCON

OBJECTIFS

- Maîtriser le protocole complet du modelage Eveil du cocon
- Adopter les bonnes postures
- Savoir reproduire les manœuvres enseignées
- Savoir adapter et structurer son soin
- Parfaire ses connaissances en technique de modelage corporel esthétique

PUBLIC CONCERNE ET PRÉREQUIS

- Chef d'entreprise (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)
- Salariée en esthétique (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)

PROGRAMME

JOUR 1

- Accueil et présentation des stagiaires et de la formatrice
- Présentation du modelage : Le massage Eveil du cocon est un protocole de massage de relaxation profonde, réalisé au sol sur un futon, dans un environnement cocooning et sécurisant. Il se distingue par un rythme particulièrement lent, des manœuvres enveloppantes et des mobilisations douces du corps.
- Les bienfaits du protocole :
 - Apaiser le système nerveux
 - Réduire les tensions corporelles et émotionnelles
 - Améliorer la qualité de sommeil
 - Procurer une sensation globale de bien-être et de sécurité.
- Les contre-indications à la pratique de cette technique
- Réalisation d'étirements et apprentissage posture et ergonomie
- Démonstrations par la formatrice de la face antérieure
 - Manœuvres douces et lentes
 - Manœuvres sur et sous une couverture
 - Etirements, balancements, pressions
- Apprentissage entre apprenants des techniques et des premiers gestes du protocole :
 - Lissages enveloppants : favoriser le relâchement musculaire, apaiser le mental.
 - Balancements doux et oscillations lentes et régulières : apaiser profondément, réguler le système nerveux, favoriser un état de bien-être.
 - Étirements/ mobilisations : libérer les tensions musculaires, améliorer la circulation et redonner une mobilité confortable

- Pressions lentes et profondes : détente musculaire, sensation de stabilité, lâcher prise.

JOUR 2

- Démonstration de la suite et la fin du protocole par la formatrice
- Application de la technique par les apprenants et correction par le formateur
- Réalisation du protocole en intégralité par chaque apprenant.
- Bilan de formation.

MÉTHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Travail théorique sur manuel remis au stagiaire
- Apprentissage de la technique entre apprenants.
- Matériel fourni pour la formation : tout le matériel nécessaire à la pratique de cette formation est fourni par le Comptoir Beauté Formation, sauf si vous avez reçu une liste de matériel dans votre dossier d'inscription indiquant ce que vous devez amener

MODALITÉS DE SUIVI ET APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

- Fiche de présence émarginée
- Vérification des atteintes des objectifs à l'issue de la formation (test théorique et / ou pratique)
- Certificat de formation remis aux stagiaires après contrôle des connaissances

DELAIS D'ACCES

- L'organisme de formation Le Comptoir Beauté s'engage à répondre sous 48h à toute demande d'information relative à la demande d'inscription du client et se tient à votre disposition du lundi au vendredi de 9 h à 18 h au 05 56 72 30 60 ou en prenant un rdv téléphonique avec notre service "Renseignements et Inscriptions".
- Nous nous engageons à vous faire accéder à la formation, au plus tard un mois après votre demande (sauf période de fermeture de l'organisme de formation et sous réserve de places disponibles.
- Les inscriptions aux formations doivent intervenir au plus tard 24h avant la date de début de la session (hors week-end, jours fériés et fermeture annuelle)

DURÉE DE LA FORMATION

2 Jours : 16 heures

Horaire : 9h00 - 12h30/ 13h30 – 18h00

TARIF DE LA FORMATION

560 € nets par stagiaire