

# PROGRAMME DE FORMATION

## MODELAGE « RESILIENCE »

### OBJECTIFS

---

- Maîtriser le protocole complet du modelage Résilience
- Savoir adopter le bon rythme et la bonne dynamique
- Adopter les bons gestes et les bonnes postures
- Savoir reproduire les manœuvres enseignées
- Parfaire ses connaissances en techniques de modelage corporel esthétique
- Savoir mener un entretien préalable au soin

### 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 déroulé pédagogique et du programme de la formation
- Présentation du modelage Résilience, un modelage de bien-être, de réconfort et de douceur, conçu pour accompagner les femmes dans leur désir d'enfant. Grâce à des manœuvres lentes, enveloppantes, harmonisantes et profondes, il favorise la relaxation, le relâchement des tensions et procure une sensation de confort, de calme et de bien-être global.
- Révision de l'anatomie du corps.
- Les contre-indications du soin et adaptations possibles
- La recherche des besoins pour un toucher respectueux et adapté à la cliente
- Installation de la cliente / de la praticienne et de la cabine
- Prise en charge de la cliente dans sa globalité (avant, pendant et après le soin)
- Posture et ergonomie de la praticienne
- Qualité du toucher et respect du rythme.
- Descriptif du protocole de massage de 60 min.
- Pratique du massage :
  - Prise de contact face latéral.
  - Jambes/dos :
    - ✂ Effleurages enveloppants : favorisent la prise de contact, préparent les tissus au massage et procurent une sensation de confort.
    - ✂ Lissages profonds : favorisent le relâchement des tensions musculaires et améliorent la souplesse des tissus.

- ✂ Pressions glissées : contribuent à la détente musculaire et procurent une agréable sensation de bien-être.
- ✂ Frictions circulaires : aident à relâcher les tensions localisées et favorisent la souplesse des tissus.
- ✂ Manœuvres enveloppantes : procurent une sensation de réconfort, de douceur et de détente profonde.
- ✂ Étirements doux : favorisent la mobilité articulaire et musculaire tout en améliorant la souplesse.
- Idem autre face latérale
- Modelage face dorsale. Les jambes :
  - ✂ Effleurages enveloppants : favorisent la prise de contact, procurent une sensation de sécurité et préparent les tissus au massage.
  - ✂ Lissages lents et harmonisants : favorisent le relâchement des tensions et procurent une profonde détente.
  - ✂ Pressions glissées douces : invitent au relâchement musculaire tout en respectant le confort de la cliente.
  - ✂ Pétrissages doux : assouplissent les tissus et améliorent leur souplesse sans rechercher un travail profond.
  - ✂ Manœuvres enveloppantes : renforcent la sensation de réconfort, de soutien et de bien-être.
  - ✂ Drainages doux : favorisent une agréable sensation de légèreté.
  - ✂ Mobilisations et étirements doux : améliorent la mobilité et procurent une sensation de détente.
  - ✂ Lissages : harmonisent le massage et prolongent la sensation de calme et de relaxation.
- Le dos :
  - ✂ Effleurages enveloppants : favorisent la prise de contact, procurent une sensation de sécurité et préparent les tissus au massage.
  - ✂ Lissages lents et harmonisants : favorisent le relâchement des tensions du dos et procurent une profonde sensation de détente.
  - ✂ Pressions glissées douces : contribuent à dénouer les tensions superficielles et à améliorer le confort musculaire.
  - ✂ Pétrissages doux : assouplissent les muscles du dos et favorisent leur détente.
  - ✂ Frictions circulaires douces : ciblent les zones de tension tout en respectant le confort de la cliente.
  - ✂ Manœuvres enveloppantes : procurent une sensation de réconfort, de douceur et de bien-être.
  - ✂ Lissages : harmonisent le massage, apaisent les tissus et prolongent la sensation de calme et de relaxation.
- Suite modelage face ventrale : Les jambes :
  - ✂ Effleurages enveloppants : favorisent la prise de contact, procurent une sensation de sécurité et préparent les tissus au massage.

- ✂ Lissages lents et harmonisants : favorisent le relâchement des tensions et procurent une profonde détente.
  - ✂ Pressions glissées douces : invitent au relâchement musculaire tout en respectant le confort de la cliente.
  - ✂ Pétrissages doux : assouplissent les tissus et améliorent leur souplesse sans rechercher un travail profond.
  - ✂ Manœuvres enveloppantes : renforcent la sensation de réconfort, de soutien et de bien-être.
  - ✂ Drainages doux : favorisent une agréable sensation de légèreté.
  - ✂ Mobilisations et étirements doux : améliorent la mobilité et procurent une sensation de détente.
  - ✂ Lissages : harmonisent le massage et prolongent la sensation de calme et de relaxation
- Le ventre :
- ✂ Effleurages enveloppants : favorisent la prise de contact, le relâchement et une sensation de sécurité.
  - ✂ Lissages lents et harmonisants : procurent une profonde détente et une agréable sensation de bien-être.
  - ✂ Mouvements circulaires doux : favorisent la détente de la région abdominale et améliorent le confort corporel.
  - ✂ Manœuvres enveloppantes : renforcent la sensation de réconfort, de douceur et d'apaisement.
  - ✂ Pressions glissées douces : invitent au relâchement des tensions superficielles dans le respect du confort de la cliente.
  - ✂ Lissages : harmonisent le massage et prolongent la sensation de calme, de confort et de relaxation.

## JOUR 2

- Révision jour 1.
  - Suite modelage face ventrale.
- Les bras/Buste :
- ✂ Effleurages enveloppants : favorisent la prise de contact, préparent les tissus au massage et procurent une sensation de confort.
  - ✂ Lissages lents et harmonisants : favorisent le relâchement des tensions et une profonde détente.
  - ✂ Pressions glissées douces : contribuent à la détente musculaire et procurent une sensation de légèreté.
  - ✂ Pétrissages doux : assouplissent les tissus et améliorent leur souplesse.
  - ✂ Lissages : harmonisent le massage et prolongent la sensation de bien-être.
  - ✂ Mouvements circulaires doux : favorisent la souplesse des tissus superficiels et le confort de la zone.

- ✂ Manœuvres enveloppantes : renforcent la sensation de douceur, de soutien et d'apaisement.
- ✂ Lissages : harmonisent le massage et prolongent la relaxation.
- Révision de tout le modelage
- Evaluation à la réalisation du protocole dans son intégralité
- 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 émargée
- 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