



BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00039 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Melle Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

MUKHA-ABHYANGA

Programme



Date de mise à jour document : 01/05/2023

PRESENTATION GENERALE

En ayurvéda, le visage est le miroir de l'âme. Notre peau reflète nos pensées et nos émotions. Elle exprime notre énergie vitale. Si notre beauté intérieure est rayonnante et apaisée, notre beauté extérieure en sera le reflet. En sanskrit Mukha signifie « le visage » et Abhyanga « le massage ». Le Mukha-Abhyanga est le soin du visage, du buste et du cou. Le Mukha-Abhyanga procure une détente profonde, le mental est relaxé, le système nerveux est apaisé et équilibré. Ce soin débloque également les points énergétiques appelés points marmas. Ce soin anti-âge est régénérant, détoxifiant et tonifiant. Il redonne éclat, souplesse et apporte un effet tenseur à votre peau.

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Approfondir les éléments théoriques de l'Ayurvéda nécessaires au soin Mukha-Abhyanga
- Réaliser un protocole de massage de 30 minutes

Public	Tarif	Durée	Lieu
Tout public	480 €	16 heures soit 2 jours de formation de 8 heures	Nous nous déplaçons dans votre institut ou louons une salle





BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00039 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Melle Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Pré-requis

Aucun.

Accès

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

Modalités pédagogiques

Méthodologie :

- ✓ Formation en présentiel
- ✓ Cours théorique
- ✓ Démonstration pratiques

Moyens pédagogiques :

- ✓ Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- ✓ Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à word et à power point
- ✓ Vidéo
- ✓ 6 stagiaires maximum par session
- ✓ Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- ✓ Démonstration des différentes manœuvres, effleurage, lissages et pressions glissées
- ✓ Démonstration sur les postures durant le modelage
- ✓ Session de questions et débriefing
- ✓ Feedback

Moyens humains

Une formatrice de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

Date et délai d'accès à la formation

A planifier avec le formateur, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire.

A compter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation.





BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00039 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Melle Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Contenu de la formation

JOUR 1

8h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Préparation physique du praticien

Théorie :

- Le Mukha-Abhyanga, son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les différentes constitutions du visage selon les 3 Doshas

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique : Suite

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 2

8h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie :

- Les 7 types du visage selon les planètes
- L'alimentation selon les 3 Gunas en relation au visage

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique (tout au long de la journée) et théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00039 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Melle Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Suivi de l'action

- ✓ Feuilles de présence signées par demi-journées
- ✓ Certificat de réalisation de stage remis au stagiaire
- ✓ Suivi des stagiaires après la formation

Evaluation de l'action

Avant la formation :

Un questionnaire d'entrée est mis en place pour mettre en place les objectifs ainsi que le niveau de chaque stagiaire

Après la formation :

- ✓ Évaluation portant sur la théorie : Contrôle de connaissances
- ✓ Évaluation de la pratique du massage en contrôle continu: Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- ✓ Questionnaire d'évaluation à chaud et à froid par le formateur
- ✓ Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

Contact

Mme Béatrice SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

Adresse : 54, Avenue Maréchal Foch – 06140 VENCE

Débouchés possibles

Pour les formations diplômantes Facialiste :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé 50 heures de pratique.

Par le jury, lors de l'examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massage, examen oral portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique).

Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'une certification « Spécialiste Facialiste ».

Le modelage proposé vise au bien-être, à la détente et à l'harmonie du corps et de l'esprit. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical.

