



## BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Melle Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

# MODELAGE AYURVEDIQUE

## Programme



Date de mise à jour document : 04/11/2022

### PRESENTATION GENERALE

L'Ayurveda se traduit par "Vie" et Veda par "Science", ainsi l'Ayurveda signifie "science de la vie", elle cherche à maintenir la santé chez l'être sain.

L'Ayurveda offre une technique de massage traditionnel unique, pratiquée par les Indiens depuis des millénaires : c'est le massage ayurvédique, aux multiples bienfaits.

### OBJECTIFS

- Analyser le protocole adapté en fonction des trois doshas Vâta-Pitta-Kapha
- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du modelage Ayurvédique
- Maîtriser les indications et contre-indications du modelage Ayurvédique
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente
- Elaborer le protocole dans un temps défini

Public	Tarif	Durée	Lieu
Tout public	960€	32 heures soit 4 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
- ✓ Exercices 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 SICISIC, gérante et formatrice

### Contenu de la formation

#### JOUR 1

##### **8h30 – 12h30**

Tour de table, présentation

##### Théorie :

- Le modelage Ayurvédique : Son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les 3 doshas, leurs liens avec les centres énergétiques et avec l'équilibre psycho-émotionnel
- Les huiles et les épices utilisés lors du modelage et de leurs bienfaits

##### **12h30 – 13h30**

REPAS

##### **13h30 – 17h30**

##### Pratique :

- Déroulement du modelage comment le commencer ?
- Démonstration avec les diverses étapes et illustrations sur les jambes de devant
- Pratique en duo ou sur modèle

##### Fin de la 1<sup>ère</sup> journée :

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

#### JOUR 2

##### **8h30 – 12h30**

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

##### Pratique :

- Déroulement du modelage des jambes arrière, les pieds avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

##### **12h30 – 13h30**

REPAS

##### **13h30 – 17h30**

##### Pratique : Pratique

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

##### Fin de la 2<sup>ème</sup> journée :

- Vérification des acquis
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires





## BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Melle Béatrice SICISIC, gérante et formatrice

### JOUR 3

**9h – 12h30**

Théorie :

- Etude de cas avec protocole adapté en fonction du Doshas du client
- Redéfinir quelle est la fonction des trois Doshas
- Modelage du ventre

**12h30 – 13h30**

REPAS

**13h30 – 17h30**

Théorie :

- Le lien avec le modelage

Pratique : Pratique sur les méridiens du corps

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

Fin de la 3<sup>ème</sup> journée :

- Vérification des acquis
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

### JOUR 4

**8h30 – 12h30**

Pratique :

- Déroulement du modelage de la tête et des bras avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

**13h30-17h30 :**

Pratique :

**Examen pratique et théorique**

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'une attestation 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
- ✓ Attestation de stage remise 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 d'une séance de massage : 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 Master :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen.

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 massages, examen 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 « Pratique de massages bien-être ».

**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.**

