

## PROGRAMME DE FORMATION

### **ACTION DE FORMATION : LE SOIN CORPS AUX Pochons**

**DESCRIPTION :** Cette formation immersive permet aux professionnels du bien-être et de l'esthétique de maîtriser le modelage aux pochons. Cette méthode unique utilisant des pochons chauffés pour favoriser la détente et le relâchement musculaire. L'accent sera mis sur la gestuelle précise, la manipulation sécurisée des pochons et l'adaptation du soin en fonction des besoins des clients.

### **OBJECTIFS :**

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

- Maîtriser les techniques de prise en main et de manipulation des pochons.
- Réaliser un protocole de soin complet en respectant les principes ergonomiques et énergétiques.
- Intégrer ce modelage dans l'offre de votre institut et le valoriser auprès de votre clientèle.

**PUBLIC VISÉ :** Esthéticienne diplômée ou en cours d'obtention du diplôme.

**DURÉE ET EFFECTIFS :** 8 heures réparties sur 1 journée. 6 stagiaires maximum par session.

**PRÉREQUIS :** Maîtrise orale et écrite du français.

**TARIFS :** 280€/jour/personne.

### **MÉTHODOLOGIE ET MODALITÉS**

**PÉDAGOGIQUES :** Méthode de démonstration et expérientielle. En présentiel sur site.

### **MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES :**

Livret de formation remis en début de session au format numérique et/ou papier et utilisation du matériels professionnels à disposition par le stagiaire d'accueil. Ordinateur et de quoi écrire pour prendre des notes.

### **SUIVI ET ÉVALUATION :**

Contrôle continu de la compréhension des éléments traités au cours de la formation à l'aide d'un questionnement interactif et de mises en situation. Questionnaires d'entrée et de sortie de formation pour mesurer les acquis.

**SANCTIONS VISÉES :** Attestation de suivi de formation et/ou certificat de réalisation.

### **ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES**

**HANDICAPÉES :** Me contacter pour toute demande d'aménagement ou besoins spécifiques.

### **QUALIFACATION DE L'INTERVENANT :**

Esthéticienne diplômée de niveau 5 avec une expérience de plus de 20 ans dans le domaine visé. Dont 10 ans, dans la gestion d'un centre de beauté et 10 ans, dans le développement stratégique commercial. Titulaire du titre professionnel de Formateur d'adultes professionnels.

# CONTENU DU PROGRAMME DÉTAILLÉ

## I.DÉCOUVERTE DU SOIN

- Accueil et remise du livret de formation
- Décrire le rituel de soin
- Découvrir les différentes pressions et gestuelles de base
- Connaître les indications et préconisations du soin.

## II.DÉMONSTRATION DU SOIN

- Préparation du poste de travail
- Réalisation des pochons pour le soin
- Visualiser chaque étape du soin effectué par la formatrice.

## III.RÉALISATION DU SOIN

- Réalisation supervisée de la prestation en intégralité.
- Travail du modelage et déroulé de soin :
- Modelage sur l'ensemble du corps :
  - Techniques de modelage sur le dos :
  - Lissages et pressions glissées
  - Travail des trapèzes et des lombaires
  - Pressions circulaires et pointées
  - Techniques sur les jambes et les bras :
  - Effleurages et manœuvres de drainage
  - Travail musculaire et relâchement des tensions
  - Techniques sur le décolleté et le cuir chevelu :
  - Lissages et étirements pour favoriser la relaxation
  - Modelage des pieds : pressions, rotations et stimulation des zones réflexes.
  - Étape de réveil et finalisation du soin.

## IV.CAS PARTICULIERS.

- Échanges/ Conseils pour l'intégration du soin en institut.
- Questions/Réponses