

INTITULÉ DE FORMATION : LE RITUEL DU DOS MANA

DESCRIPTION : Cette formation permet d'acquérir le protocole du Rituel du Dos MANA, un soin complet associant exfoliation, nutrition cutanée et relaxation profonde. Il combine l'utilisation des produits MANA à des techniques manuelles ciblées sur le dos et le haut du corps afin de favoriser le relâchement des tensions tout en apportant confort, douceur et nutrition à la peau.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS :

À l'issue de cette formation, la stagiaire sera capable de :

- Réaliser le Rituel Dos MANA dans son intégralité.
- Maîtriser les différentes étapes de préparation, d'exfoliation, d'enveloppement et de massage.
- Adapter les manœuvres aux zones travaillées et aux tensions du modèle.
- Utiliser les produits MANA adaptés à chaque étape du protocole.
- Proposer une prestation fluide associant efficacité cutanée et relaxation.

MÉTHODOLOGIE ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

Méthode démonstrative, active et expérientielle. Formation réalisée en présentiel.

PUBLIC VISÉ : Esthéticienne diplômée du C.AP. Esthétique-cosmétique minimum ou en cours d'obtention.

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

PRÉREQUIS : Maîtrise orale et écrite du français.

DÉLAIS D'ACCESSIBILITÉS : 3 semaines avec possibilité d'entrer tardive sur demande.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES : Nous contacter pour toute demande ou besoins d'aménagement spécifique.

MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES : Livret de formation remis en début de session au format numérique et/ou papier. Matériel et produits professionnels mis à disposition. Ordinateur et supports pédagogiques nécessaires à la formation. Le livret reprend notamment l'univers MANA, les produits, les principes du soin, ses préconisations et le protocole illustré.

SUIVI ET ÉVALUATION : Contrôle continu de la compréhension et de l'acquisition des techniques par questionnement, observation des mises en pratique et corrections individualisées. Questionnaire d'entrée et de fin de formation permettant de mesurer les acquis.

MODALITÉS DE VALIDATION : Attestation de suivi de formation et/ou certificat de réalisation.

QUALIFICATION DE L'INTERVENANT : Esthéticienne diplômée de niveau 5 avec une expérience de plus de 25 ans dans le domaine visé. Dont 8 ans, dans la gestion d'un centre de beauté et 7 ans, dans le développement stratégique commercial. Titulaire du titre professionnel de Formateur d'adultes professionnels. Formatrice référente du dispositif de parcours individualisé du FAFCEA.

LOISEL Nina CACHARD [E. I] APTISIA

Numéro Siret: 453 346 512 000 65

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28140373314 auprès du préfet de région de Normandie.
V-20260923

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

INITIATION À L'UNIVERS MANA ET AUX FONDAMENTAUX DU SOIN

- Découvrir l'univers MANA Cosmétiques et la philosophie du Rituel Dos.
- Identifier les produits utilisés au cours du soin et comprendre leur fonction dans le protocole.
- Comprendre les objectifs du soin : exfoliation, nutrition cutanée, confort et relaxation.
- Identifier les indications, précautions et contre-indications.
- Préparer le poste de travail, le matériel et les produits nécessaires.

DÉMONSTRATION DU SOIN

1 modèle

Visualisation du protocole réalisé par la formatrice et apprentissage des principales gestuelles associées à chaque étape.

Phase préparatoire du dos

- Manœuvres enveloppantes et glissées adaptées à la phase d'exfoliation.
- Émulsion et retrait du produit à l'aide des gants bambou.
- Préparation de la peau avant l'enveloppement.

Phase d'enveloppement

- Mise en place de l'enveloppement et gestion du temps de pose.

Massage complémentaire du haut du corps

- Travail des **bras et du décolleté** avec des manœuvres lentes et enveloppantes.
- Travail des **trapèzes et de la nuque** par pressions glissées, effleurages profonds et manœuvres favorisant le relâchement.
- Travail du **crâne** par des manœuvres relaxantes adaptées.
- Gestion du rythme, de la respiration et des transitions entre les différentes zones.

Massage final du dos

- Travail du dos avec des manœuvres amples, enveloppantes et continues.
- Utilisation des avant-bras dans une gestuelle inspirée du massage polynésien.
- Finition du soin et retrait des éventuels résidus à la serviette chaude.

RÉALISATION DU SOIN

Pratique supervisée sur modèle

- Réalisation progressive puis complète du protocole.
- Mise en pratique des différentes phases : exfoliation, enveloppement, massage du haut du corps et massage final du dos.
- Travail de la gestuelle, de la pression, du rythme et de la fluidité.
- Corrections individualisées par la formatrice.
- Adaptation des manœuvres en fonction de la morphologie et des tensions du modèle.

SYNTHÈSE ET ÉVALUATION

- Révision des points clés et des différentes étapes du protocole.
- Correction des difficultés rencontrées.
- Questions / réponses.
- Évaluation des acquis et bilan de la formation.

LOISEL Nina CACHARD [E. I] APTISIA

Numéro Siret: 453 346 512 000 65

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28140373314 auprès du préfet de région de Normandie.

V-20260923

SCÉNARIO PÉDAGOGIQUE DÉTAILLÉ

SÉANCE	OBJECTIF	DÉROULÉ	ACTIVITÉ
9h00 – 9h15	Identifier les objectifs de la formation	Accueil, présentation du déroulement et recueil des attentes	Échanges / questionnement
9h15 – 10h00	Comprendre l'univers et les principes du Rituel Dos MANA	Présentation de la philosophie du soin, des bienfaits, indications, contre-indications et produits utilisés	Apports théoriques / échanges
10h00 – 10h30	Préparer la réalisation du soin	Installation du poste, positionnement du modèle, posture, appuis et ergonomie de la praticienne	Démonstration / mise en situation
10h30 – 10h45		Pause	
10h45 – 12h45	Observer et comprendre le protocole	Démonstration complète : exfoliation et préparation du dos, enveloppement, travail relaxant du haut du corps puis massage final du dos	Démonstration par la formatrice
13h00 – 14h00		Pause déjeuner	
14h00 – 15h30	Reproduire le protocole avec accompagnement	Mise en pratique du soin par le premier groupe, travail des différentes étapes et corrections individualisées	Pratique en binôme sur modèle/ supervision
15h30 – 15h45		Pause	
15h45 – 17h30	Reproduire le protocole avec accompagnement	Inversion des rôles et réalisation du protocole par le second groupe. Travail de la fluidité, du rythme et des techniques	Pratique en binôme sur modèle/ supervision
17h30 – 18h00	Valider les acquis	Synthèse, questions/réponses, corrections finales et bilan	Évaluation / échanges

LOISEL Nina CACHARD [E. I] APTISIA

Numéro Siret: 453 346 512 000 65

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28140373314 auprès du préfet de région de Normandie.

V-20260923