

Massage ‘ La Douceur Féminine ’

Un Moment de Douceur pour se reconnecter à soi, laisser respirer son corps, s'apaiser et retrouver son équilibre...

Un massage tout en douceur, pensé pour accompagner cette zone intime avec respect, délicatesse et bienveillance. Une gestuelle enveloppante qui invite à l'apaisement, à la respiration et à la relation plus consciente avec son corps...

Apprenez à proposer ce soin avec justesse et confiance, dans un cadre professionnel ou chaque geste compte et où la douceur devient langage du toucher..

DURÉE

16 heures • 2 jours

FORMAT

Intra-entreprise •
Présentiel*

GROUPE

1 à 4 personnes

PRÉREQUIS

aucun

Présentation

Le buste est souvent une zone souvent oubliée dans les massages.

Par pudeur, par manque de repères ou tout simplement parce que l'on ne sait pas toujours comment l'aborder, elle reste souvent en dehors du soin.

Cette formation propose d'apprendre à prendre soin de cette zone avec justesse, douceur et respect, dans un cadre professionnel et clairement non sexualisé. Vous apprendrez une gestuelle précise et enveloppante, ainsi que les attitudes professionnelles permettant d'installer un climat de confiance et de sécurité pour la personne massée.

Ce Soin est également l'occasion de redonner à chaque femme une attention particulière à cette partie de son corps, favoriser une meilleure connaissance de soi et de l'encourager, avec bienveillance, à intégrer l'observation et l'auto surveillance de sa poitrine dans ses habitudes.

Ce massage pourra s'intégrer à un massage existant ou se suffir à lui-même.

Ce que cette formation t'offrira :

- Pour tes clients : c'est l'occasion de :
 - ° **Se reconnecter** à soi, à son corps,
 - ° **D'écouter son ressenti** par rapport à cette zone massée,
 - ° Une **parenthèse ultra féminine (ou pas)**,
- Pour Toi :

- ° **S'approprier un protocole singulier rare**, alliant précision du geste et bienveillance,
- ° **Affiner ton toucher** et aborder la zone du buste avec davantage **de confiance, de professionnalisme et de sérénité**,
- ° Proposer à ta clientèle **une expérience différente et enveloppante**, dans un cadre **sécurisant, respectueux** et propice à **l'écoute de soi...**

Objectifs pédagogiques

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

- Identifier les spécificités de l'approche, esthétique et bien-être de cette zone et les précautions nécessaires à sa pratique.
- Maîtriser et reproduire les différentes manières du protocole avec précision, douceur et fluidité.
- Adapter la pression, le rythme, l'intensité des gestes, ressenti aux besoins et aux caractéristiques de la personne massée.
- Installer un cadre professionnel, sécurisant et respectueux, permettant d'aborder cette zone avec pudeur, confiance et bienveillance.
- Adopter une posture et une gestuelle professionnelle afin de préserver le confort de la personne massée et la qualité de sa propre pratique.
- Développer son écoute du corps et son toucher, afin d'ajuster sa pratique, tout au long du soin.
- Sensibiliser la clientèle à la connaissance et à l'observation de son corps, dans une démarche de bien-être et d'auto surveillance sans se substituer au suivi médical
- Réaliser le protocole complet de 'la Douceur Féminine' de manière autonome, cohérente et adaptée à la personne massée.
- Intégrer cette nouvelle prestation à sa pratique professionnelle et réfléchir à son positionnement au sein de sa carte de soins.

Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ	PRÉREQUIS
Professionnels du bien-être et de l'esthétique, personnes en reconversion professionnelle.	aucun

Durée et modalité d'organisation

- Durée : 16 heures, soit 2 jours
- Organisation : en présentiel (à confirmer), en intra-entreprise
- Taille du groupe : de 1 à 4 personnes

Déroulé / contenu de la formation

Séquence	Contenu détaillé	Durée	Méthode	Outils / supports	Objectif
----------	------------------	-------	---------	-------------------	----------

Jour 1 - Matin	Accueil, présentation des objectifs et du déroulé. Présentation de l'approche de La Douceur Féminine. La place du buste dans les soins et les raisons pour lesquelles cette zone est souvent peu abordée. Cadre professionnel, pudeur, consentement, installation et accompagnement de la personne massée.	4 h	Apports théoriques + échanges	supports pédagogique, fiche protocole, table de massage, linges, huile, coussins, plaids	Comprendre l'approche du soin et savoir créer un cadre professionnel, sécurisant et bienveillant.
Jour 1 - Après-midi	Présentation des produits(huiles) utilisés. Précautions, indications et contre indications. Découverte des manoeuvres : prise de contact, gestes enveloppants, travail autour du buste, respiration et enchainements du protocole; Démonstration complète du protocole par la formatrice.	4 h	Théorie + démonstration	support pédagogique, produits, fiche protocole, table de massage, linges, huile, coussins, plaids	Connaître les bienfaits, contre-indications et produits associés, identifier les précautions nécessaires et comprendre la gestuelle, le rythme et les intentions du protocole,
Jour 2 - Matin	Révision et mise en pratique progressive des différentes manoeuvres. Travail de la précision, de la pression, du rythme et de la fluidité; Adaptation des gestes au ressenti et aux caractéristiques de la personne massée. Intégration du soin dans la carte de prestations.	4 h	Démonstration + Pratique guidée	supports pédagogique, produits, fiche protocole, table de massage, linges, huiles, coussins, plaids	Maîtriser les différentes manoeuvres et savoir les adapter avec douceur et précision,
Jour 2 - Après-midi	Réalisation du protocole complet, Mise en situation professionnelle complète, travail sur l'installation, l'accompagnement, la fluidité et la posture du praticien. évaluation à chaud, bilan et attestations.	4 h	pratique + mise en situation + évaluation	supports pédagogique, produits, fiche protocole, table de massage, linges, huiles, coussins, plaids, grille d'évaluation, attestations	Réaliser le protocole de manière autonome, fluide et professionnelle et être capable de l'intégrer à sa pratique et validation des acquis

Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel (à confirmer), en intra-entreprise
- Taille du groupe : de 1 à 4 personnes
- Apports théoriques (histoire, tradition, anatomie/énergétique) et démonstrations pratiques
- Mise en pratique encadrée du protocole du massage des pieds au Bol Kansu
- Support pédagogique écrit détaillé remis au stagiaire (book de formation)
- Quiz d'auto-évaluation

Modalités de suivi et d'évaluation des acquis

Suivi

- Feuilles d'émargement par demi-journée

Évaluation

- Mise en situation pratique : réalisation du protocole complet (durée 45 min), observée et évaluée par le formateur
- Grille d'évaluation des acquis en fin de formation (« à chaud »), complétée par le/la stagiaire à l'issue des 2 jours
- Grille d'évaluation de l'impact de la formation (« à froid »), envoyée par email au stagiaire 1 mois après la formation
- Attestation de stage remise à l'issue de la formation

Tarifs

350 €

par jour et par personne
Formation individuelle

280 €

par jour et par personne
À partir de 2 apprenants

Modalités et délais d'accès

L'accès à la formation est conditionné à la complétion du dossier de candidature. L'ensemble des documents doit être retourné au minimum 5 jours avant le début de la formation.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est ouverte aux personnes en situation de handicap. Merci de contacter au préalable notre référente handicap afin d'étudier ensemble les adaptations nécessaires.

Référente handicap

Aurélie Milhau - 06 98 21 27 07 - contact@minibeaute-formations.com

Contact

Aurélie Milhau

06 98 21 27 07 - contact@minibeaute-formations.com

** Modalité présentielle à confirmer.*