



Centre de formation
d'esthétique
ayurvédique

SARL SAHLINI – 29 rue de la basse canterie 44120 VERTOU

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

En respect des articles L6353-1 et suivants du Code du Travail.

MASSAGE INDIEN « GARBINI » FEMME ENCEINTE

DURÉE : 24 heures (3 jours)

HORAIRES : 9h00-18h00

LIEU DE FORMATION : 4 route de bellevue - La Haye-Fouassière (44)

FORMATRICE : Létizia LORENZI

PRESENTATION DE LA TECHNIQUE :

Le MASSAGE INDIEN GARBINI FEMME ENCEINTE est un massage pratiqué depuis plus de 5000 ans en Inde. C'est un massage traditionnel et ancestral. Le MASSAGE INDIEN GARBINI FEMME ENCEINTE aide les femmes à se préparer émotionnellement et physiquement au travail. Il soulage les maux de dos, les gonflements et autres douleurs liées à la grossesse. Il est praticable du deuxième trimestre jusqu'à la récupération post-partum.

Il fonctionne avec des mouvements doux et répétitifs sur tout le corps, y compris la tête, les mains et les pieds qui contiennent certaines des zones les plus denses de terminaisons nerveuses et de points d'acupression. La répétitivité des mouvements contribue à détendre le système nerveux et l'esprit ; l'application d'huile végétale chaude est apaisante et nourrissante pour la peau (et elle est idéale pour prévenir les vergetures), ainsi que pour les articulations et les muscles, en les gardant souples.



OBJECTIF PEDAGOGIQUE DE LA FORMATION

L'objectif de la formation MASSAGE INDIEN GARBINI FEMME ENCEINTE est de maîtriser parfaitement la technique pour offrir à la clientèle, un massage profond et revigorant pour aider le corps à se libérer. Il nécessite une connaissance approfondie des tissus corporels et des huiles à utiliser pour chaque typologie de peau.

À l'issue de la formation, le praticien saura préparer ses pochons en fonction de la demande de son client, et enchaîner les manœuvres adaptées à celui-ci.

PRÉ-REQUIS :

- Être majeur (pour les mineurs de plus de 16 ans ou personnes sous tutelle autorisation écrite du représentant légal).
- Être diplômé d'esthétique ou avoir un projet professionnel en lien avec le métier de Technicien Spa et Bien-être.
- Parler et comprendre la langue française.
- Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

PROFIL DES INTERVENANTS :

Intervenants expérimentés ayant une solide expérience dans le domaine de l'esthétique et de l'Ayurveda.

NOM DU RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE : Céline-Shalini LEDOUX

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Mises en situation
- Méthode participative



PROGRAMME PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

JOUR 1 : THEORIE SUR L'APPROCHE INDIENNE DU MASSAGE

Accueil : Présentation de la formatrice et des participants. Présentation du déroulement du stage.

MODULE 1

- Introduction à l'approche indienne du massage
- Les conditions matérielles (tenue local, tables, huiles, musique, température...)
- Théorie sur le MASSAGE INDIEN GARBINI FEMME ENCEINTE
- Les bases des soins ancestraux indiens
- Les bienfaits, préconisations et contre-indications.

MODULE 2

- Conditions de pratiques
- Étude de la morphologie du corps, les tissus, les muscles.
- Choix des huiles en fonction du type de peau.

MODULE 3

- Description du protocole / S'avoir adapter la posture
- Enchaînement des manœuvres

MODULE 4

- Apprentissage du toucher ayurvédique et intégration du protocole
- Démonstration du MASSAGE INDIEN GARBINI FEMME ENCEINTE

JOUR 2 : PRATIQUE DU PROTOCOLE

MODULE 5

- Technique de relaxation et d'ancrage
- Posture et respiration du praticien
- Anatomie palpatoire
- Entraînement pratique du stagiaire en atelier tournant



MODULE 6

- Apprentissage détaillé des techniques du massage face postérieure

JOUR 3 : RÉVISIONS DU PROTOCOLE

MODULE 7

- Révisions et échange sur les acquis de la veille
- Apprentissage détaillé des techniques de bien-être de la face antérieure
- Questions-réponses
- Pratique complète en autonomie et en binôme

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE :

Méthode participative et active. La formatrice apporte un champ théorico-pratique afin de permettre aux stagiaires de se repérer dans les techniques d'application de la méthode de massage. Le stagiaire applique les approches techniques de massage sur un modèle, il est contrôlé tout au long de la pratique par la formatrice qui a pour objectif de lui apporter un geste d'application juste et approprié au type de modèle à masser.

SUIVI & ÉVALUATION DU STAGIAIRE :

- Une feuille d'émargement est signée par le stagiaire chaque demi-journée.
- Le stagiaire sera évalué sur la maîtrise de la technique tout au long de cette journée de pratique
- Un QCM d'évaluation en début et fin de formation sera rempli par le stagiaire.

ACCESSIBILITÉ :

Nos formations sont généralement accessibles aux personnes en situation de handicap. Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

- 1 paréo



- 2 grande serviettes
- 1 petite serviette
- 1 masque (tissu ou chirurgical)

Tout le reste du matériel nécessaire pendant la formation est fourni par le centre de formation.

Notre équipe est mobilisée pour être la plus réactive possible afin de vous tenir informés et vous garantir le meilleur accueil dans le strict respect des conditions de sécurité sanitaire.

REPAS :

Le repas du déjeuner n'est pas inclus. Merci de prévoir votre repas ou de le commander sur place.

DOCUMENTS REMIS A L'ISSUE DE LA FORMATION :

- Livret pédagogique
- Attestation de formation

Mise à jour le 07/04/2024 – Version 1