



Massage l'art de l'équilibre émotionnel visage et crânien

1. Présentation de la formation

Le massage visage et crânien "art de l'équilibre émotionnel" est une approche psycho-corporelle globale qui vise à rétablir l'harmonie entre le corps et les émotions à travers un toucher précis, lent et profondément enveloppant.

Ce soin agit à la fois sur les tensions musculaires du visage, les zones réflexes crâniennes et le système nerveux, favorisant un état de relâchement profond, de lâcher-prise et de régulation émotionnelle.

Par des manœuvres ciblées, des mobilisations douces et un travail subtil sur les points de tension, cette pratique permet :

- D'apaiser le mental et le stress,
- De libérer les charges émotionnelles accumulées,
- D'améliorer la circulation énergétique et tissulaire,
- De redonner au visage détente, éclat et vitalité.

Au-delà d'un simple soin esthétique, ce massage s'inscrit dans une démarche d'accompagnement sensible, où le toucher devient un véritable outil de rééquilibrage émotionnel et de reconnexion à soi.

2. Objectif général

- À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de **réaliser une séance complète de massage indien**, ee l'art de l'équilibre émotionnel respectant les règles de sécurité, de posture et de qualité de prise en charge. Travailler les tensions du haut du corps
- Favoriser le lâcher-prise mental et corporel

3. Objectifs pédagogiques

Le stagiaire sera capable de :

- Mener un entretien préalable
- Expliquer les spécificités du massage visage et crânien
- Identifier les bienfaits et contre-indications
- Préparer le matériel et l'espace
- Réguler la température des pierres
- Appliquer le protocole complet
- Adopter une posture ergonomique
- Adapter le massage aux besoins du client

2. Public visé

Cette formation s'adresse à :

- Entrepreneurs, salariés et non-salariés
- Personnes en reconversion professionnelle ou en recherche d'emploi
- Praticiens en massage bien-être et soins corporels
- Professionnels du secteur paramédical et médical
- Coiffeur

3. Prérequis

Occuper un poste dans un salon de soins esthétiques ou une structure médicale ou paramédicale, ou avoir un projet d'installation en pratique de massages bien-être.

Accessibilité Modalités D'INSCRIPTION /d'accès

- **Intra-entreprise** : après validation du cahier des charges
- **Inter-entreprise** : inscription possible jusqu'à 14 jours avant la session (selon places)

Un **entretien téléphonique préalable** est obligatoire.

- Entretien téléphonique préalable obligatoire
- Objectifs :
 - Analyser le projet du candidat,
 - Recueillir les expériences et motivations,
 - Présenter le contenu et les modalités,
 - Sécuriser le parcours et limiter les abandons
- Inscription possible à tout moment selon les places disponibles

Un entretien est proposé pour étudier les adaptations nécessaires.

Référent handicap : **Lynda Mainard**, du lundi au vendredi de 9h à 18h.

4. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Formation en inter Lors des premiers contacts, un entretien est proposé afin de :

- Prendre en compte les spécificités du handicap
- Identifier les besoins particuliers
- Déterminer les aménagements pédagogiques, matériels ou organisationnels nécessaires

Formation en intra

Toute inscription de personnes en situation de handicap doit être signalée en amont afin d'étudier l'adaptation de la formation.

Un entretien préalable est proposé afin d'identifier les besoins spécifiques et d'étudier les aménagements possibles.

Référent handicap : **Lynda Mainard**, joignable du lundi au vendredi de 9h00 à 18h00

5. Organisation

- **Effectif** : Minimum 2 à 8 stagiaires maximum
- **Durée** : 2 jours – 14 heures

Horaires : 09h00 – 12h00 / 13h00 – 17h00 (2 pauses de 10 min + 1h repas)

- **Lieu** : 7 rue de la Porcelaine – 64100 Bayonne
- **Tarifs** : Particuliers : 490 € OPCO / FAF : 588 €
- **Contact** : 06 59 05 79 79

6. Compétences visées

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

- Réaliser un massage de l'art de l'équilibre émotionnel complet en autonomie
- Adapter la séance aux besoins du client
- Appliquer les règles d'hygiène, de sécurité et de posture
- Expliquer les bienfaits et les limites du soin
- Accueillir et accompagner un client dans un cadre professionnel

7. Contenu de la formation

Jour 1 – Fondamentaux

Matin – Théorie test de positionnement

- Origines et principes du massage
- Bienfaits et indications
- Contre-indications et sécurité
- Anatomie du visage et tête
- Utilisation des huiles et préparation de l'espace de soin

Après-midi – Pratique

- Démonstration complète du protocole par le formateur
- Apprentissage des techniques :
 - Prise de contact
 - Effleurages
 - Lissages
 - Mobilisations des épaules
 - Pressions et pétrissages
 - Frictions
 - Étirements
 - Rotations et pincements•
- Démonstration complète

Jour 2 – Maîtrise et validation

- Révision et QCM
- Révision complète du protocole
- Ajustement des postures et de la gestuelle
- Ergonomie et respect de l'intimité
- Mise en situation professionnelle
- Réalisation d'un massage complet l'art de l'équilibre émotionnel
- Évaluation pratique individuelle
- Bilan et clôture de la formation

8. Bienfaits du massage

- Réduction du stress et de la fatigue mentale
- Soulagement des maux de tête et migraines
- Amélioration du sommeil
- Détente profonde du système nerveux
- Amélioration de la concentration
- Stimulation de la mémoire et de la clarté mentale
- Relaxation musculaire du cou, des épaules , visage et du crâne
- Stimulation du cuir chevelu et de la vitalité capillaire

9. Modalités d'évaluation

- Observation des pratiques par le formateur
- Grille d'évaluation des compétences

- Épreuve pratique : réalisation d'un massage complet
- Examen théorique et pratique devant jury
- Réalisation de 10 séances après la formation

10. Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- Alternance de théorie et de pratique
- Supports pédagogiques remis par e-mail
- Démonstrations, entraînement en binôme et accompagnement individualisé

Modalités d'évaluation

- Observation d'une séance
- Grille de compétences
- QCM
- Examen pratique
- Jury
- Réalisation de 10 séances après la formation

1. 16. Certificat Délivrance du certificat

- Attestation de formation
- Certificat de formation "massage crânien indien" remis en fin de stage
« **Pratiquer des massages bien-être – Massage crânien indien shirochampi**

17 Évaluation des acquis

Évaluation en fin de formation

- Observation d'une séance complète
- Évaluation de la pratique par le formateur
- Grille d'évaluation renseignée

Évaluation par jury Examen final portant sur :

- Accueil et prise en charge du client
- Observation d'une séance
- Examen oral (théorie et pratique)

2. Condition préalable à l'examen :

Réalisation d'au moins **10 séances par protocole**, justificatifs à fournir.

18. Résultats attendus

- Validation des compétences professionnelles
- Capacité à réaliser une séance complète en autonomie.

19 INDICATEUR DE RÉSULTAT Depuis 2022, à la question De manière générale, êtes-vous satisfait de la formation ? Les stagiaires interrogés dans l'ensemble des formations (373) ont répondu : Très satisfaisant : 100 %

20. Informations administratives

LM Bien-Être Formée 7 rue de la Porcelaine – 64100 Bayonne

Contact 06 59 05 79 79 lm.bienetre.formee@gmail.com

SASU au capital de 1 000 € RCS Bayonne – SIRET 913 339 222 00014 NAF 8532Z

NDA 75640536664 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État)