



## **Automassage**

La connaissance de l'automassage permet à la facialiste de délivrer des conseils ciblés à son client afin qu'il puisse maintenir les bienfaits de son massage à domicile.

La facialiste apprendra à animer des prises en charge d'automassage sous forme d'accompagnement individuel ou sous forme de groupe.

### **Public**

Esthéticiennes diplômées - Professionnels de l'esthétique ou du bien-être – Public en reconversion professionnelle

### **Pré requis**

Esthéticiennes ou Techniciennes visage étant en fin de cursus à l'académie des facialistes

### **Modalités et délais d'accès**

Fiche de renseignement à fournir pour le positionnement. Le délai d'accès en formation se fera sous un mois.

### **Nombre de participants**

12 stagiaires pour une formatrice

### **Tarif**

450 HT pour 1 jour soit 900€

*L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.*

### **Objectifs de formation**

Organiser et animer un atelier d'automassage pour un groupe (6-8 personnes).

Organiser et animer un atelier individuel d'automassage d'une durée de 60mn.

Argumenter les bienfaits de l'automassage.

Pratiquer un enchaînement de techniques d'automassage anti-ride, anti relâchement, routine matin et soir et apprendre le guasha en automassage.



**Durée** : 2 jours soit 14h

## **Référentiel**

### **Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques**

Accueil des stagiaires

Présentation des bienfaits de l'automassage

Démonstration et apprentissage des techniques d'automassage pour animer un atelier sur le thème :  
**l'automassage anti-rides**

Démonstration et apprentissage des techniques d'automassage pour animer un atelier sur le thème :  
**l'automassage anti-relachement**

Démonstration et apprentissage des techniques d'automassage pour animer un atelier sur le thème :  
**routine d'automassage matin et soir**

Mise en place de l'animation d'atelier de groupe

Travail en binôme et en alternance sur l'animation d'atelier d'automassage

Aide à la mise en place d'un argumentaire de vente

Aide à la mise en place de la tarification des ateliers d'automassage

### **Jour 2 : savoirs théoriques et compétences pratiques**

Démonstration et apprentissage des techniques d'automassage pour animer un atelier sur le thème :  
**l'automassage Guasha**

Apprentissage de la construction d'un atelier sur mesure en individuel

Travail en binôme et en alternance sur l'animation d'atelier sur mesure d'automassage

Question/réponses

Evaluation finale et bilan de la formation



### **Moyens pédagogiques**

L'Académie des Facialistes, propose une salle de formation équipée de tables de massage, d'un point d'eau, matériels esthétiques, fournitures de consommables, serviettes, plaids, coussins et produits cosmétiques utiles selon les thématiques de formations.

Un support de cours avec photo ou dessin est fourni en appui de la formation à chaque participant.

### **Méthodes pédagogiques**

Les journées de formation sont continues, en présentiel et en face à face pédagogique.

Les méthodes pédagogiques s'alternent de phases théoriques et de mises en situations pratique.

Méthodes actives et participatives concluant sur un test de validation des acquis savoir et savoir-faire en fin de formation. Un questionnaire de satisfaction est remis à chacun des stagiaires, ainsi qu'une attestation de fin de formation, et une copie de la feuille d'émargement.

### **Evaluation**

Une évaluation formative portant sur l'acquisition des techniques est effectuée tout au long de la formation.

Une évaluation sommative est réalisée à la fin de la formation, sous la forme d'un quizz pour les connaissances théoriques et par une mise en pratique du protocole global, dans une mise en situation de travail simulée, afin de vérifier les acquis « savoir-faire » de la formation.

### **Moyens d'encadrement**

Catherine Bourgeois, co-dirigeante de L'Académie des Facialistes, responsable de formation et formatrice consultante diplômée dans le domaine de l'Esthétique et de l'ingénierie pédagogique (titre rncp niveau 6) ;

Delphine Langlois, co-dirigeante de L'Académie des Facialistes, formatrice, diplômée dans le domaine de l'Esthétique (diplôme niveau 5) ;

Amandine Bois, formatrice de L'Académie des Facialistes, diplômée dans le domaine de l'Esthétique (diplôme niveau 4) ;



Pauline Adjedj, formatrice de L'Académie des Facialistes, diplômée dans le domaine de l'Esthétique (diplôme niveau 5) ;

Toutes facialistes expertes, et dotée d'une expérience professionnelle confirmée auprès d'un public d'instituts de beauté, d'écoles d'esthétique, de parfumeries, de centres de bien-être (spa, thalasso, hôtel) ;

Motivées par la passion du bien vieillir et l'envie de partager leur savoir par des méthodes pédagogiques personnalisées et conviviales.

### **Horaires**

9h30 – 13h00 et 14h00 – 17h30 : Formation

13h00 - 14h00 : Repas (non compris)

### **Lieu du stage**

17 bis rue la Boétie

75008 Paris