

# PROGRAMME DE FORMATION

## INITIATION AU TOUCHER

### OBJECTIFS

---

- Apprendre les bases du massage et du toucher
- Savoir se positionner en massage et s'interroger sur sa pratique
- Intégrer les manœuvres basiques
- Adopter la bonne attitude, permettant de créer une relation de confiance avec les clients
- Maîtriser les indications et les contre-indications pour les différents massages
- Apprendre à adapter la pression, la fluidité, la posture, la respiration en fonction de la personne massée
- Élaborer un protocole de 45 min environ

### PUBLIC CONCERNE ET PRÉREQUIS

---

- Chef d'entreprise (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)
- Salariée en esthétique (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)

### PROGRAMME

---

#### JOUR 1

##### MATIN

- Présentation des stagiaires et du formateur, échange sur le déroulement de la journée, des attentes, les horaires et le programme.
- Présentation et lecture du manuel :
  - Les différents types de massages
  - Le toucher et ses bienfaits
  - Les différentes manœuvres et leurs effets
  - Pratique des différentes manœuvres en binôme (Effleurage, friction, pétrissage...)

##### APRES-MIDI

- Comment adapter sa posture et sa respiration en massage
- Développer la fluidité et l'enchaînement
- Questions/réponses
- Mise en situation et contrôle de connaissance par un massage de 30/40 min élaborer par les stagiaires
- Bilan de formation

## MÉTHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

---

- Travail théorique sur manuel remis au stagiaire
- Apprentissage de la technique entre apprenants.
- Matériel fourni pour la formation : tout le matériel nécessaire à la pratique de cette formation est fourni par le Comptoir Beauté Formation, sauf si vous avez reçu une liste de matériel dans votre dossier d'inscription indiquant ce que vous devez amener

## MODALITÉS DE SUIVI ET APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

---

- Fiche de présence émargée
- Contrôle des connaissances effectué à l'issue de la formation
- Certificat de formation remis aux stagiaires après contrôle des connaissances

## DELAIS D'ACCES

---

- L'organisme de formation Le Comptoir Beauté s'engage à répondre sous 48h à toute demande d'information relative à la demande d'inscription du client et se tient à votre disposition du lundi au vendredi de 9 h à 18 h au 05 56 72 30 60 ou en prenant un rdv téléphonique avec notre service "Renseignements et Inscriptions".
- Nous nous engageons à vous faire accéder à la formation, au plus tard un mois après votre demande (sauf période de fermeture de l'organisme de formation et sous réserve de places disponibles)
- Les inscriptions aux formations doivent intervenir au plus tard 24h avant la date de début de la session (hors week-end, jours fériés et fermeture annuelle)

## DURÉE DE LA FORMATION

1 Jour : 8 heures

Horaire : 9h00 - 12h30/ 13h30 – 18h00

## TARIF DE LA FORMATION

280 € nets par stagiaire