



FASCIA ESTHETIQUE

Public : Esthéticiennes : chefs d'entreprise ou salariés

Maximum de participants : 16

Durée : 14 journées de 7 heures soit 98 heures

Date de la formation : selon le calendrier ou sur demande.

Lieu de formation : PBA - 22 rue des Venêts – 92 000 – NANTERRE.
Tél : 01 47 24 10 10

Objectif : Apprendre à maîtriser les gestes et les ressentis de la fascia esthétique : le mouvement interne, le point d'appui, le suivi dynamique tissulaire, etc.
Développer l'apprentissage théorique des outils spécifiques à la Fascia-Esthétique en relation avec la pratique qui vient d'être faite.

Utilisation de supports pédagogiques, vidéo, rétroprojecteur.
Analyse des effets ressentis, étude de cas concrets.

DELIVRANCE D'UN CERTIFICAT DE FORMATION

PARIS BEAUTY ACADEMY

Ecole : 22 rue des Venêts – 92000 NANTERRE – Tél. 01 47 24 10 10 – Fax 01 47 24 10 11 - www.parisbeautyacademy.com

RCS B44965169400027 – APE 8559A



PROGRAMME

Jour 1

« LES FASCIAS ET L'EFFET ANTI-STRESS »

- Théorie : - Présentation générale de la Fascia-Esthétique
- Présentation de la formation
- Pratique manuelle - Le toucher de relation et l'accordage manuel, protocole court (détente, équilibrage et harmonisation des fascias)

Jour 2

- Théorie : - Le tissu conjonctif – Le fascia – La peau
- Les lois du mouvement interne des fascias, mouvements linéaires et mouvements circulaires ; notion d'organicité
- Pratique gestuelle - Assise, l'esthéticienne apprend à percevoir le mouvement linéaire sensoriel sur elle-même
- Pratique manuelle – Protocole d'accordage du dos

Jour 3 Matin

- Théorie : - Le stress et ses impacts dans le corps
- Le tonus et la notion de modulation tonique
- Pratique gestuelle – Codifié : l'accordage gestuel - mouvements linéaires
- Pratique manuelle – Protocole long d'accordage du corps entier

Jour 3 Après-midi

« LA MICROCIRCULATION ET LE DRAINAGE SENSORI-LIQUIDIEN »

- Théorie : - La sphère liquidienne du corps – Les fascias, container des liquides, lieu des échanges et lit de la microcirculation ; les liquides à base pression (retour veino-lymphatique)
- Pratique gestuelle - Assise, l'esthéticienne apprend à percevoir le biorythme sensoriel sur elle-même

Jour 4

- Pratique manuelle - Activation du biorythme sensori-liquidien, moteur du brassage des liquides – au niveau du buste et des bras

Jour 5

- Théorie : - Le biorythme sensoriel, rythme physiologique interne

PARIS BEAUTY ACADEMY



- Pratique gestuelle - Debout, Codifié 3^{ème} degré
Pratique manuelle – Drainage sensori-liquidien au niveau du visage et stimulation de la microcirculation

Jour 6 matin

- Théorie : - La microcirculation
Pratique gestuelle - Assise, debout – Intégration du BRS
- Pratique manuelle – Stimulation de la microcirculation – DSL appliqué au ventre et aux jambes

Jour 6 après-midi

« LA PULSOLOGIE »

- Théorie - La pulsologie ou comment lever les barrières vasculaires et libérer la circulation ;
- Pratique gestuelle – Remise en rythme (BRS)
- Pratique manuelle - Accordage tonico-vasculaire, région thorax, épaules et bras ; travail des zones critiques associées

Jour 7

- Théorie - Anatomie du système artériel – Les zones critiques
- Pratique gestuelle - Assis, travail du mouvement linéaire sensoriel
- Debout, travail spécifique des jambes, rester solide et fluide à la fois
- Pratique manuelle - Accordage tonico-vasculaire, région jambes ; travail des zones critiques associées
- Protocole cellulite

Jour 8

- Théorie - Anatomie et vascularisation du visage
- Pratique gestuelle - Debout, codifié
- Pratique manuelle - Protocole visage avec pulsologie des artères faciales, maxillaires, temporales et angulaires

PARIS BEAUTY ACADEMY



Jour 9

« L'IMAGE DE SOI, LA PERCEPTION DE SOI »

Théorie	- Image de soi, ressenti de soi, sentiment de soi ; le sentiment d'existence par la perception de son corps – Effets sur la cliente
Pratique gestuelle	- Assise, perception des schèmes antérieur et postérieur - Debout, codifié 3 ^{ème} degré (BRS)
Pratique manuelle	- Reprise des différents touchers en les combinant au cours d'un même soin ; accordage + pulso + DSL + microcirculation

Jour 10

Théorie	- Comment dialoguer avec la cliente sur son ressenti pendant les soins de Fascia-Esthétique
Pratique gestuelle	- Entraînement Codifié – L'accordage somato-psychique
Pratique manuelle	- Rythmicité d'un soin, empathie, pression de relation ; témoignages perceptifs ; prolongement du mouvement dans le geste esthétique

Jour 11

Théorie	- Intégration dans les différents soins : visage, corps
Pratique gestuelle	- Accordage somato-psychique
Pratique manuelle	- Intégration des différents touchers

Jour 12 matin

– Un temps est consacré aux questions, à la préparation du certificat

(Évaluation théorique et pratique, présentation d'une étude de cas).

Jour 12 après-midi

STAGE DE BILAN / EVALUATION

Pratique générale de « mise en route ».
Evaluation théorique et pratique.

PARIS BEAUTY ACADEMY



Jour 13

Evaluation théorique et pratique. (suite)

Jour 14

Présentation des études de cas devant les collègues : en plus de l'évaluation, ce temps est pédagogique puisqu'il permet au stagiaire de se familiariser avec la prise de parole concernant ce nouvel apprentissage. Cela permet également de partager ses expériences pratiques. Un temps est prévu pour les questions.

L'ensemble de ces stages constitue un cursus, donc un processus évolutif. La formation ne peut donc pas être morcelée.

Au cours de la formation :

Après chaque aller et retour de pratique manuelle, les stagiaires ont un temps pour échanger verbalement avec leur collègue « binôme ».

Après chaque aller/retour de pratique, les stagiaires ont un temps pour noter le protocole utilisé (l'enchaînement des prises et les touchers associés), leurs réflexions sur leur pratique. C'est également le moment opportun de développer l'apprentissage théorique des outils spécifiques à la Fascia-Esthétique en relation avec la pratique qui vient d'être faite : le mouvement interne, le point d'appui, le suivi dynamique tissulaire,...