



## **MASSAGE AMINCISSANT**

**Public** : Esthéticiennes, praticiens en massage de bien-être, débutants

**Prérequis** : aucun prérequis

**Maximum de participants** : 10

**Durée** : 2 journées de 7 heures soit 14 heures

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

**Lieu de formation** : PBA - 22 rue des Venêts – 92000 – NANTERRE.

Tél : 01 47 24 10 10

### **Objectif** :

Pouvoir réaliser un massage amincissant d'une heure adapté à la personne.

### **Objectifs pédagogiques** :

- Pouvoir utiliser le massage amincissant en fonction des objectifs recherchés.
- Apprendre à affiner le corps par des manœuvres amincissantes.
- Apprendre à tonifier le corps par des manœuvres raffermissantes.
- Apprendre à drainer le corps et à éliminer les toxines par des manœuvres drainantes.
- Savoir mettre en place une cure d'amincissement,
- Savoir prendre les mesures
- Comment vendre ce soin, dans le cadre d'une cure d'amincissement ?

### **Modalités et délais d'accès**

Les candidatures seront examinées :

- Sur une fiche d'inscription
- Entretien téléphonique

Pour obtenir le dossier d'inscription, il est nécessaire d'adresser un mail à : [contact@pbaecole.com](mailto:contact@pbaecole.com). Vous serez invité.e par la suite à l'entretien téléphonique.

Délai d'accès : voir les prochaines sur le calendrier

### **Déroulement de la formation** :

- Apports théoriques et pratiques.
- Apprentissage du protocole face ventrale et dorsale
- Evaluation des acquis à la fin de la formation : mise en situation de soin.

## **Méthodes et outils pédagogiques :**

- Remise d'un support de cours.
- Analyse des effets ressentis, étude de cas concrets.
- Travail en binôme, en alternance.

**Accessibilité des personnes en situation de handicap** Puisqu'une des valeurs que nous prôtons est l'inclusion, PBA porte une attention particulière à l'accueil des personnes en situation de handicap. C'est pourquoi, nous recommandons au participant de signaler, dès son inscription, la nature de son handicap ainsi que ses besoins spécifiques, afin que nous puissions l'accueillir dans des conditions optimales. **Vous pouvez nous contacter au 01 47 24 10 10.**

## **PROGRAMME**

### **1er jour**

Approche théorique de l'aspect peau d'orange et ses différentes caractéristiques.  
Explication de la mise en place d'un programme de soins. Comment prendre les mesures pour suivre le client tout au long de la cure.

Le type de manœuvres utilisés : Effleurages énergétiques, pétrissages profonds, aspiration-dépression (pincer-rouler) frictions.

Les bienfaits et les atouts de ce massage : assouplissements des tissus cutanés, défibrose des conjonctifs cutanés, drainage des graisses mobilisées.

Apprentissage des manœuvres aminçissantes membres inférieurs et supérieurs

Démonstration faite par le formateur au fur et à mesure des différentes techniques manuelles aminçissantes sur modèle, avec explications

Introduction des manœuvres raffermissantes /tonifiantes : comme les percussions, martèlement, pincements toniques

Démonstration faite par le formateur

### **2ème jour**

Révision de l'ensemble des manœuvres du premier jour.

Apprentissage des manœuvres raffermissantes /tonifiantes

Introduction des manœuvres drainantes sur les membres inférieurs et supérieurs : différents lissages profonds, pressions, cerclage, etc.

Répétition du protocole complet corps comprenant les manœuvres aminçissantes, raffermissantes et drainantes.

Comment vendre ce soin ?

Puis révision de l'enchaînement complet jusqu'à parfaite maîtrise du protocole  
Entraînement des stagiaires deux par deux

Mise en place du contrôle des acquis.

Pratique en temps réel de tous les gestes et sur l'enchaînement des manœuvres.

**Examen final de formation en situation de soin.**

## **DELIVRANCE D'UN CERTIFICAT DE FORMATION**