

# les nouvelles *esthétiques*

**7 AVENUE STEPHANE MALLARME  
75017 PARIS  
SIRET 59200583900010**

## **PROGRAMME FORMATION**

**Dates : Mardi 18 février 2025**

**Formatrice : Carole Berger**

Masseuse et formatrice en massages, spécialiste reconnue du massage hawaïen LomiLomi, des massages tissus profonds et de la posturologie.

Diplômée de l'académie de massage d'Hawaïi (Big Island) et de l'institut d'acupression de Berkeley, Californie. Membre HLA (Hawaiian Lomilomi Association).

**Titre : Les fascias superficiels au bout des doigts**

***Une intégration du toucher subtil et doux des fascias***

**Durée : 1 jour • 7 heures**

**Type de formation : Présentiel collectif**

### **Descriptif du protocole – Objectifs**

Longtemps ignorés des masseurs bien-être, les fascias font aujourd'hui partie intégrante d'une prise en charge plus globale du corps humain. Apprendre à entrer en contact avec les fascias superficiels est une expérience unique pour une professionnelle du massage.

Apprenez à suivre leurs mouvements, à les accompagner dans leur recherche d'équilibre et de libération des « restrictions » d'amplitude. Développer un toucher subtil d'exception pour élargir votre champ de compétence et aider votre client à se sentir plus « libre » dans son corps. L'objectif est un relâchement intense des zones qui en ont besoin.

### **Objectifs pédagogiques**

- Apprendre le toucher « fascia » et les sentir.
- Détecter leurs mouvements subtils.
- Apprendre à « accompagner » les fascias dans leur recherche d'amplitude et de libération.
- Communiquer avec le client sur ces techniques qui seront glissées dans le cadre d'un protocole relaxant que vous pratiquez déjà.
- Développer ses compétences dans le domaine du bien-être.

### **Public et pré-requis**

Aucun prérequis n'est nécessaire. Cette formation est accessible aux professionnels de l'esthétique, de la beauté et du bien-être, aux professionnels de santé, ainsi qu'aux personnes en réorientation professionnelle.

### **Déroulement pédagogique**

Présentation des stagiaires et de leurs attentes.

Théorie sur les tissus Fascias, les dénominations, les points de contact les plus aisés.

Découverte du toucher (techniques associées : mobilisations manuelles, pressions douces et profondes, rotations, glissés, étirements musculaires) « fascias superficiels » : travail en binôme sur l'avant-bras.

Comment intégrer ces techniques (mobilisations manuelles, pressions douces et profondes, rotations, glissés, étirements musculaires) dans le cadre d'un massage relaxant de base : le massage californien : pratique face dorsale.

Pratique du toucher sur soi : le poignet : Feed-back et échanges de sensations.

Pratique en binôme : les masséters et l'articulation temporo-mandibulaire : Feed-back et échanges de sensations.

Libération du genou /de la cheville /de l'épaule au choix par des étirements musculaires et des rotations.

Pratique en binôme.

Libération des fascias du crâne (aponévrose) : techniques liftantes associées : lift frontal / lift pariétal /temporal.

Une zone choisie par le stagiaire pour plus d'expérimentations.

Questions réponse avec les stagiaires.

Évaluation, débriefing et délivrance de l'attestation de formation.

## **Modalités techniques et pédagogiques**

La formation est théorique et pratique.

Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par le formateur.

Du matériel professionnel est mis à disposition lors de la formation

Remise d'un support de formation.

Pratique en binôme et mise en situation pratique individuelle.

## **Suivi et moyens d'évaluation**

Une grille d'évaluation individuelle permet d'évaluer chaque stagiaire en préalable de l'entrée et en fin de formation.

Des ateliers pratiques tout au long de l'apprentissage ainsi qu'une mise en situation pratique individuelle en fin de formation permettent par ailleurs de valider l'acquisition des compétences techniques et pratiques du stagiaire.

Une attestation de suivi de formation est remise à chaque stagiaire en fin de formation.

## **Indicateurs de résultats**

En raison de sa nouveauté, il n'existe pas encore de taux de satisfaction.

## **Tarif**

Le prix de la formation est de 250 €.

### Le tarif indiqué comprend :

-La formation de 7 heures

-La délivrance d'une attestation de formation en fin de formation

-La remise d'un support papier.

Le petit déjeuner vous est offert. Le déjeuner reste à votre charge.

## **Inscription / Financement**

Cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge intégrale ou partielle auprès des organismes collecteurs auxquels vous cotisez annuellement : FAFCEA, AFDAS, AGEFICE, FORMIRIS, OPCO EP, FAFIH, FIF PL...

### **Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 53507 75.**

**Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.**

Pour faciliter le financement de votre formation, un paiement en 2, 3 ou 4 fois (sans frais) est possible sur simple demande. Contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 pour plus d'informations.

Pour recevoir un bulletin d'inscription, contactez Alexandra par email : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

### Pour régler votre formation :

- Paiement en ligne par carte bancaire – 100 % sécurisé.

- Paiement par chèque, accompagné du bulletin d'inscription dûment complété.

- Paiement par virement. Pour recevoir notre RIB IBAN : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

## **Modalités et délais d'accès**

Le stagiaire est considéré inscrit après validation de l'entretien avec la responsable de formations.

L'inscription à la formation peut être effectuée à tout moment, selon les places restant disponibles\*.

\*NB : Effectif minimum : 4 stagiaires - Effectif maximum : 12 stagiaires

## **Lieu & Accès**

Siège Social

Les Nouvelles Esthétiques Spa

7 avenue Stéphane Mallarmé

75017 Paris

Sortie périphérique : Porte Champerret

Métro 3 : Porte Champerret  
RER C : Gare de Pereire Levallois  
BUS : 84, 92, 93, 164, 165, PC

Besoin d'un hôtel ? Nous sommes partenaires de l'hôtel Héliopolis de la Porte Champerret. Pour réserver en ligne, cliquez ici <https://champerret-heliopolis-paris-hotel.com/fr/> ou contactez Thierry au 01 47 64 92 56 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

Besoin d'un resto ? Notre restaurant partenaire : La Chope Champerret, 143 Av. de Villiers, 75017 Paris. Demandez Yannick au 01 43 80 80 64 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

### **Accessibilité aux personnes handicapées**

Dans le cadre de nos formations, nous pouvons accueillir des personnes présentant un handicap. Suivant la forme et la nature de ce dernier, nous sommes en mesure de vous proposer des adaptations. Afin de répondre au mieux à votre demande nous vous invitons à nous contacter directement par email à l'adresse suivante [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com) ou par téléphone au 01 43 80 71 21. Si vous avez besoin d'une compensation ou adaptation pour le contenu, les supports, le «lieu», le matériel utilisé, les horaires, le rythme, nous sommes à votre écoute.

### **Horaires**

#### **Ouverture de la salle de formation : 9 h 15**

Début de la formation : 9 h 30  
Pause déjeuner : 13 h 00 à 13 h 30  
Fin de la formation : 17 h 00

### **Contact**

Pour tout renseignement sur la formation, aide à la constitution de votre dossier de prise en charge ou validation de votre inscription, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 - par email : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

### **Réclamation**

Pour toute réclamation, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 – par email : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

Pour la sécurité de notre clientèle, notre centre de formation respecte les mesures sanitaires en vigueur (cf. gouvernement).

les nouvelles  
*esthetiques*  
spa  
7 av. Stéphane Marmé  
75017 Paris  
tél. : 01 43 80 06 47 – Fax : 01 43 80 83 63  
[www.nouvelles-esthetiques.com](http://www.nouvelles-esthetiques.com)

Guilho Alexandra  
Responsable Formations

Mise à jour le 12 janvier 2025