

# les nouvelles esthétiques

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

## **PROGRAMME FORMATION**

**Date : Lundi 23 juin 2025**

**Formateur : Nordine Meguellati**

Masseur spécialisé en techniques ayurvédiques, formateur international.

**Titre : Massage anti-stress express ayurvédique**

**Durée : ½ journée • 4 heures**

**Type de formation : Présentiel collectif**

### **Descriptif du protocole**

Techniques manuelles à l'huile s'effectuant en position assise sur une chaise ; et s'effectuant sur les zones nuque/trapèzes/épaules. Issues de l'Ayurveda, médecine traditionnelle indienne plusieurs fois millénaire, l'ensemble de ces techniques non thérapeutiques visent à apporter relaxation et bien être à une clientèle occidentale très en demande.

Les points forts de ce protocole, lorsqu'il est effectué dans son ensemble, sont de proposer, en un temps réduit (de douze à quinze minutes env.), une détente musculaire profonde sur des zones généralement très tendues (nuque/trapèzes/épaules) ; tout en étant extrêmement peu contraignant à mettre en place : effectué sur chaise ou idéalement tabouret, il ne nécessite pas la disponibilité d'une table (et donc d'un espace dédié) ni d'une grande quantité de linge (un paréo suffit).

Abordé sous l'angle technique, cet anti-stress express est un soin extrêmement complet. En effet, il comporte pratiquement tous les types de manœuvres pouvant se pratiquer sur un massage : apposition des mains, pétrissages, frictions, glissés variés (droits, enveloppants, rotatifs), percussions, étirements... De plus, la variation des rythmes des techniques offrira une palette de sensations vraiment intéressante tant pour le praticien que pour le receveur.

Au terme de cette formation, l'élève sera en mesure de délivrer un soin variant de douze à quinze minutes, suivant le nombre de répétition des manœuvres et le rythme adopté.

### **Objectifs pédagogiques**

- Connaitre l'historique du protocole.
- Répondre aux nouvelles attentes des clientes.
- Pratiquer différentes techniques sur des zones précises.
- Maîtriser le protocole du Massage anti-stress ayurvédique.
- 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, du bien-être et de la coiffure, aux professionnels de santé, ainsi qu'aux personnes en réorientation professionnelle.

### **Déroulement pédagogique**

9h30 – Accueil des stagiaires.

Prise de contact avec le groupe, présentation du soin à travers ses origines, son histoire et ses objectifs.

Mise en place des binômes et travail de la zone épaules/nuque/trapèzes.

Présentation et démonstration de chaque manœuvre puis mise en situation de l'élève encadré par le formateur.

Rotation des binômes.

Reprise du travail de la zone épaule/nuque/trapèzes tel qu'il fut effectué par le 1<sup>er</sup> groupe.

Questions/réponses.

Evaluation individuelle des acquis, débriefing général.

Remise des attestations.  
13h30 - Fin de la formation.

### **Modalités techniques et pédagogiques**

La formation est théorique et pratique.  
Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par les formatrices.  
Du matériel professionnel est mis à disposition lors de la formation  
Remise d'un support de formation.  
Pratique individuelle 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 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 190 € ttc.

#### Le tarif indiqué comprend :

- La formation de 4 heures
- La délivrance d'une attestation de formation en fin de formation
- La remise d'un support papier.

Le petit-déjeuner vous est offert.

### **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, FORMIRIS, AGEFICE, OPCO EP, FAFIH, FIF PL, AKTO...

### **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 : 3 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 : 9h15**

Début de la formation : 9h30  
Fin de la formation : 13h30

### **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  
*esthétiques*  
S.A.  
7 av. Stéphane Mallarmé  
75017 Paris  
tél. : 01 43 80 06 47 – Fax : 01 43 80 83 63  
[www.nouvelles-esthetiques.com](http://www.nouvelles-esthetiques.com)

Guilho Alexandre  
Responsable Formations

Mise à jour le 23 mai 2025