

les nouvelles *esthétiques*

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

PROGRAMME FORMATION

Date : Lundi 22 et mardi 23 septembre 2025

Formatrice : Ruth Indiathi

Masseuse, formatrice, créatrice de protocoles, fondatrice du Village Balinais.

Titre : Lifting balinais du visage, Muka

Durée : 2 jours • 14 heures

Type de formation : Présentiel collectif

Descriptif du protocole

Le Muka est une méthode manuelle traditionnelle. Un protocole original propre à l'Indonésie, inspiré par la tradition chinoise et indienne.

> Bienfaits recherchés

- Accroissement de la sensorialité tactile, olfactive.
- Anti-stress, relaxation profonde, relâchement mental.
- Déblocage des tensions musculaires de la région de la nuque et du trapèze.
- Effets anti-rides, raffermissant et tonifiant.
- Respiration psychocorporelle.
- Améliore la qualité du sommeil.

Objectifs de la formation

- Acquérir et exécuter un protocole technique spécifique visage à réaliser sur la tête : décolleté, nuque, visage et crâne.
- Acquérir les manœuvres techniques visage spécifiques : techniques de pincement jacquet, tapotement rapide, lissages, pétrissages, étirements...
- Intégrer une méthodologie structurée d'enchaînements de manœuvres constituant une séance.
- Acquérir/Adapter son toucher à la surface et la profondeur du visage.

Objectifs pédagogiques

- > A l'issue de la formation vous saurez réaliser un protocole d'une durée de 60 mn.
- > Conduire une séance de lifting balinais Muka étape par étape dans une durée définie de 60 mn avec dextérité et proprement en prenant soin de vos postures et des besoins spécifiques des clients.
- > Développer la qualité technique des manœuvres impliquées sur le visage.
- > Déployer de manière méthodique les techniques spécifiques du Muka.
- > Accompagner corporellement votre client pour faciliter sa relaxation pendant la séance à adoptant des postures spécifiques.
- > Accompagner verbalement votre client pour lui permettre d'accroître la perception et les sensations corporelles avant et après la relaxation.
- > Accompagner émotionnellement votre client après une séance en lui permettant d'émerger de la relaxation et de prendre conscience de son ressenti par l'aménagement d'un espace tranquille et d'un temps approprié à la récupération.

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

1er jour

- Accueil et présentation des élèves.
- Présentation des points clés du stage, des ingrédients entrant dans la réalisation du Muka (huiles, racines et ballottes).
- Démonstration du modelage de la nuque et du visage (étape 1) :
Vous apprendrez les techniques de lissage, effleurage, pincements jacquet, pétrissage, tapotement.

- Démonstration du modelage du visage (étape 2) :
Vous apprendrez les manœuvres de pressions de Shiatsu sur des points précis du visage (méridiens).

2ème jour

- Accueil et présentation des points clés du programme aux élèves.
- Automassage du visage, repérages des muscles et sensations correspondants à leurs mises en mouvement.
- Démonstration du modelage de la nuque et du visage (étape 3) :
Vous apprendrez les techniques de modelage sur le visage (fin) et sur le cuir chevelu. Vous apprenez à utiliser les ballotins visage.
- Démonstration du modelage du visage (étape 2) :
- Répétition des manœuvres du modelage balinais visage Muka dans la globalité.
- Modalités d'évaluation d'atteinte des objectifs : A l'issue du processus de formation le modelage balinais est répété dans sa globalité devant le formateur. Ce dernier soutient son élève, commente, et pointe les gestes à pratiquer régulièrement afin de bien maîtriser la pratique du modelage balinais.
- Remise d'une attestation de formation :
Une attestation de formation est délivrée à l'issue de la 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

Formation proposée depuis 2018 : 3 sessions
Nombre de stagiaires : 9
Satisfaction globale : 100 % de satisfaction*
Efficacité formateur : 100 % de satisfaction*
100 % des stagiaires recommandent cette formation*
*Chiffres réalisés sur les retours de 2 stagiaires

Tarif

Le prix de la formation est de 450 €.

Le tarif indiqué comprend :

-La formation de 14 heures
-La délivrance d'une attestation de formation en fin de formation
-La remise d'un support papier.

Les petits déjeuners sont offerts. Les déjeuners restent à la charge du stagiaire.

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, 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-esthétiques.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-esthétiques.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 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

Réclamation

Pour toute réclamation, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 – par email : 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
spa

7 av. Stéphane Marmé
75017 Paris

tél. : 01 43 80 06 47 - Fax : 01 43 80 83 63
www.nouvelles-esthetiques.com

Guigo Alexandre
Responsable Formations

Mise à jour le 6 juin 2025