

SARL SAHLINI – 29 rue de la basse canterie 44120 VERTOU

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

En respect des articles L6353-1 et suivants du Code du Travail.

MASSAGE MARMAVEDA VISAGE

DURÉE : 16 heures (2 jours)

HORAIRES : 9h00-18h00

LIEU DE FORMATION : 4 route de bellevue - La Haie-Fouassière (44)

FORMATRICE : Létizia Lorenzi ou Shalini LEDOUX

TYPE DE SESSION : Présentiel

PRESENTATION DE LA TECHNIQUE :

Le massage **MARMAVEDA** visage est une technique manuelle inspirée des pratiques traditionnelles indiennes, basée sur la stimulation de zones spécifiques du visage appelées **points marmas**.

Dans un cadre esthétique, ces points correspondent à des zones de concentration nerveuse, musculaire et circulatoire, permettant un travail précis sur les tissus du visage.

Ce protocole vise à :

- stimuler la microcirculation sanguine,
- favoriser les échanges cellulaires,
- détendre les tensions musculaires du visage,
- améliorer la tonicité et la qualité de la peau.

Le massage associe :

- des manœuvres de lissage et de drainage,
- des pressions ciblées,
- l'utilisation d'huiles végétales et d'huiles essentielles adaptées au type de peau.

Le soin est réalisé dans une approche **strictement esthétique et de bien-être**.

LES ZONES MASSÉES :

Le protocole MARMAVEDA se concentre sur :

- le visage (front, contour des yeux, joues, mâchoire),
- le cuir chevelu,
- le cou et le décolleté,
- les épaules (relâchement des tensions).

LES MANŒUVRES :

Le soin se déroule en plusieurs étapes :

- Accueil et installation du modèle
- Relaxation initiale
- Massage du cuir chevelu à sec
- Application d'huile adaptée
- Travail du visage :
 - pressions localisées sur des points précis
 - techniques de drainage
 - manœuvres de lissage et de tonification
- Adaptation du rythme et de l'intensité selon le modèle

LE BUT :

Pour la clientèle, ce soin permet :

- une amélioration de l'éclat du teint,
- une peau plus tonique et revitalisée,
- un relâchement des tensions musculaires du visage,
- un effet relaxant global.

OBJECTIF PEDAGOGIQUE DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le stagiaire aura acquis les objectifs suivants :

- la maîtrise technique précise des protocoles et gestes spécifiques du massage afin de garantir une application adaptée aux besoins individuels des clients ;
- la capacité à sélectionner et utiliser des outils, accessoires et produits en fonction des typologies de peau et des objectifs du soin ;
- les compétences professionnelles en relation client, notamment dans l'accueil, la préparation, l'adaptation du massage si nécessaire ;
- les connaissances de base en terme d'Ayurveda.

(Le massage Marmaveda visage n'est en aucun cas considéré comme un soin thérapeutique ou relevant d'une pratique médicale.)

PRÉ-REQUIS :

- Être majeur (pour les mineurs de plus de 16 ans ou personnes sous tutelle autorisation écrite du représentant légal).
- Être diplômé d'esthétique ou avoir un projet professionnel en lien avec le métier de Technicien Spa et Bien-être.
- Parler et comprendre la langue française.
- Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

PROFIL DES INTERVENANTS :

Intervenants expérimentés ayant une solide expérience dans le domaine de l'esthétique et de l'Ayurveda.

NOM DU RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE : Shalini LEDOUX

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Mises en situation
- Méthode participative

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

JOUR 1 - Théorie

Module 1

- Anatomie et physiologie du visage
- Structure de la peau
- Les différents types de peau
- Introduction aux points marmas dans un cadre esthétique

Module 2

- Localisation des points du visage
- Indications et contre-indications
- Choix des huiles végétales et essentielles
- Posture et ergonomie du praticien

Démonstration sur modèles

Module 3

- Démonstration complète du protocole MARMAVEDA
- Observation des gestes et des rythmes

JOUR 2 - Pratique

Module 4

- Préparation du poste de travail
- Apprentissage du protocole complet
- Enchaînement des techniques

Module 5

- Pratique en binôme
- Ajustement des gestes
- Fluidité et précision

SUIVI & ÉVALUATION DU STAGIAIRE :

- Une feuille d'émargement est signée par le stagiaire chaque demi-journée.
- Le stagiaire sera évalué sur la maîtrise de la technique tout au long de cette journée de pratique
- Un QCM d'évaluation en début et fin de formation sera rempli par le stagiaire.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Méthode participative et active. La formatrice apporte un champ théorico-pratique afin de permettre aux stagiaires de se repérer dans les techniques d'application du massage indien Saraswati du ventre.

Le stagiaire applique les approches techniques sur un modèle. Il est contrôlé tout au long de la pratique par la formatrice, qui a pour objectif de lui apporter un geste juste, respectueux, fluide et adapté au modèle massé.

ACCESSIBILITÉ :

Nos formations sont généralement accessibles aux personnes en situation de handicap. Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

- 1 paréo
- 2 grandes serviettes
- 1 petite serviette

- 1 paire de tongs ou claquettes

Tout le reste du matériel nécessaire pendant la formation est fourni par le centre de formation.

Notre équipe est mobilisée pour être la plus réactive possible afin de vous tenir informés et vous garantir le meilleur accueil dans le strict respect des conditions de sécurité sanitaire.

REPAS :

Le repas du déjeuner n'est pas inclus. Merci de prévoir votre repas ou de le commander sur place.

DOCUMENTS REMIS A L'ISSUE DE LA FORMATION :

- Livret pédagogique
- Attestation de formation

Mise à jour le 17/11/2025 – Version 1