PROGRAMME DE FORMATION
« LES 7 MASSAGES© »
MASSAGE M13 ACULIFTING DU VISAGE

Par Fatima BILGEN,
Auteur et propriétaire intellectuel de la méthode « les 7 massages© » déposée à l'INPI
Esthéticienne DE, Docteur en Médecine Traditionnelle Chinoise, Diplômée par l'Université de médecine traditionnelle chinoise de Nanjing (République Populaire de Chine)
N° SIRET : 340 834 639 00023 - CODE NAF : 8690F - N° NDA : 11 78 82759 78
Certifiée QUALIOPI pour l'activité « Actions de Formation » N° FR086845-1 – Date originale de certification le 14 Février 2024
RAISON SOCIALE -Fatima BILGEN 8, Chemin des Ruettes 78460 CHOISEL

DESCRIPTIF DU PROTOCOLE

Massage Tui Na avancé du visage

Pour les stagiaires ayant déjà suivi une formation en médecine chinoise :
Ce massage vieux de 2500 ans, est un préalable à l'acupuncture lifting du visage.
Il permet d'ouvrir les méridiens et de préparer la peau à l'insertion des aiguilles. Parfaitement décrit dans les ouvrages anciens de médecine chinoise, ce massage reste rare et peu connu. Il procure une détente profonde, apaise l'esprit, décrispe toutes les tensions et le stress accumulés dans la tête et dans le corps, tel un lavage bienfaisant. Au niveau du visage, visiblement les traits sont détendus, le regard est reposé et rajeuni, le teint est lumineux. Ce massage est excellent dans le cadre du bien-être et cette formation est indispensable et incontournable pour tout professionnel de l'esthétique et du bien-être. Tous les méridiens (voies où circule l'énergie) commencent ou se terminent au niveau de la tête et du visage. Il est donc indispensable de masser le crâne et le visage en fait partie. Ce massage calme, détend les muscles du visage mais aussi tout le corps, apaise, maitrise les émotions. Améliore l'apport en énergie et en sang, en particulier au niveau du visage et en général au niveau de la tête, du cerveau, et des yeux.

Aculifting du visage

1. **Pour pratiquer l'aculifting du visage, le stagiaire devra fournir la preuve des prérequis (diplômes, attestations des « X » années d'études en MTC + pratique d'acupuncture.**
2. **Aculifting du visage ou rajeunissement du visage par micro-aiguilles de MTC1. Présentation de la méthode**
   L'Aculifting du visage est une technique issue de la Médecine Traditionnelle Chinoise, technique que j'ai apprise et perfectionné au sein du service d'acupuncture esthétique de l'Hôpital universitaire de Nanjing.
   Elle consiste à poser de très fines aiguilles d'acupuncture (0,10–0,16 mm) à l'intérieur même des rides (rides d'expression, sillon nasogénien, pattes d'oie, rides frontales) et sur des points spécifiques du visage et du cou.

3. **Particularité de la technique Nanjing**

Contrairement à l'acupuncture esthétique classique (aiguilles en surface ou en points fixes), l'Aculifting agit par micro-traumatisme orienté directement sous le sillon de la ride. En MTC, ce micro-traumatisme correspond à une « levée de stagnation locale » (瘀滞 yu zhì) : l' aiguille réveille le sang et le qi bloqués dans le sillon de la ride.

4. **« L'aiguille ne remplit pas mécaniquement la ride.** Elle réveille le derme, notamment en libérant localement des facteurs de croissance qui, ensemble, reconstruisent le tissu depuis l'intérieur.

LES OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- **Être capable** de comprendre la genèse, l'historique de la MTC, les raisons de son développement et de son succès jusqu'à nos jours,
- **Être capable** de comprendre et d'assimiler les fondements théoriques basiques de la médecine traditionnelle chinoise en lien avec le massage spécifique Tui Na rajeunissant du Visage,
- **Être capable** d'assimiler l'anatomie et physiologie des méridiens et des points d'acupuncture situés sur le visage, le cou et la tête,
- **Être capable** de recevoir la clientèle, de l'observer, de l'écouter pour identifier ses besoins en matière de beauté, bien-être et santé,
- **Être capable** d'apprendre et d'utiliser les techniques d'aiguilles chinoises nécessaire à l'aculifting
- **Être capable** de comprendre comment insérer les aiguilles, les buts et finalité de cette manœuvre,
- **Être capable** de garder la maîtrise de soi et de rester calme dans toutes les situations, travailler avec calme et assurance
- **Être capable** d'élargir la gamme de soins proposés dans le but d'améliorer le bien-être des personnes notamment en pratiquant les 7 massages© sités ci-après :

Crâne et visage/Cou et épaules/Dos/Buste, Hypochondre et gorge/Abdomen/Jambes/Pieds

LES METHODES MOBILISEES

En ce qui concerne la théorie aucune connaissance acquise n'est demandée au départ.
La formatrice emploie plusieurs types de méthodes pédagogiques : la méthode « descendante » c'est-à-dire la transmission d'un savoir millénaire, pareille à celle d'un Maître à son disciple, les méthodes interrogatives et actives, ici l'enseignante établit un questionnement pour transmettre les compétences. Les études de cas et jeux de rôles permettrons une meilleure acquisition des connaissances. L'apprentissage est clair et facile à comprendre, non contraignant, ludique.

1- Un livret comme support pédagogique

Un Support pédagogique sous forme de petit livret et correspondant à l'enseignement du massage M13 « Aculifting du visage » sera donné à chaque stagiaire.
Cet outil pédagogique est très détaillé, il comporte entres-autres des planches anatomiques, des rappels sur l'anatomie et la physiologie de la peau, des os, des muscles et tendons, des

systèmes organiques etc…Le cours de médecine traditionnelle chinoise y est détaillé, la priorité étant de faciliter le déroulé des apprentissages et sa compréhension par l'auditoire.

2- **Utilisation d'un Paper bord**

Il permet de dynamiser le groupe, la formatrice l'utilise pour résumer les objectifs de la formation, expliquer des points particuliers du cours au cours de son déroulement, détailler les schémas utiles à la compréhension du cours, poser des questions pour s'assurer que le cours est bien assimilé, noter les questions des élèves et d'y répondre etc….

3- **Utilisation de planches représentants les méridiens d'acupuncture**
4- **Utilisation de mannequins recouverts des trajets des méridiens**

En ce qui concerne la pratique

La formatrice emploie la méthode démonstrative et expérientielle. L'enseignante démontre les procédures tout en apportant les explications nécessaires. Il s'agit d'un apprentissage dans des conditions réelles avec des mises en situations concrètes telles que rencontrées au travail. Il sera notamment question de retenir

- Les principes à respecter concernant le massage M1,
- Les principes à respecter concernant le masseur,
- L'Apprentissage des différentes techniques de massage ou d'acupuncture par petit groupe, avec entrainements, mises en situation, travail en binôme ou avec des modèles, massage appliqué

Postes de travail : Utilisation de tables de massage par les stagiaires ainsi que de tout matériel en rapport avec (huiles, crèmes, draps, couvertures, coussins, désinfectants, etc).

LES MODALITES D'EVALUATIONS

Evaluation théorique

QCM – Questions à développer –

Evaluation pratique

Le stagiaire est évalué sur sa pratique manuelle et sur les différentes techniques du massage M13 appliquées avec Aculifting (insertion d'aiguilles spécifiques visage), et étudiées au cour du stage. Outre sa pratique, le stagiaire sera notamment jugé sur ses capacités à détendre son modèle. Les résultats attendus en termes de bien-être et d'amélioration des conditions de santé pourront se « mesurer » sur son modèle.

La notation pratique est effectuée au moyen d'une grille d'évaluation

A la fin de l'évaluation, une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire

LE CONTENU DE LA FORMATION :

L'enseignement théorique, comprend :

- Les fondements basiques théoriques de la MTC, son contenu historique, son approche taoïste,
- Les caractéristiques de la MTC qui comprend le principe de globalité,
- La notion de l'énergie Qi,
- La notion du système des méridiens,

- Les points d'acupuncture les plus utilisés sur le crâne, le cou et le visage,
- Du point de vue philosophique, appréhension des idées directrices du Taoïsme d'où découle directement la médecine traditionnelle chinoise et ce pour mieux comprendre la pratique.

L'enseignement pratique, comprend :
L'étude pratique et appliquée du massage spécifique Tui Na visage avancé rajeunissant ainsi que l'apprentissage d'insertions d'aiguilles spécifiques visage, ses différentes techniques, le déroulement complet du protocole du massage M13 Aculifting du Visage de la méthode « les 7 MASSAGES© », les différentes pratiques selon les buts recherchés et en harmonie avec la personne qui reçoit le massage, pour le bien-être, la beauté esthétique du visage, la prévention et la conservation de la santé des individus.

Les différentes manœuvres et techniques visent à

- Apporter une action bénéfique sur les marques du visage dues à l'âge,
- Donner un effet rajeunissant, apporter de l'éclat au visage…..
- Diminuer la profondeur des rides sans substance de comblement ni toxine botulique.
- Redensifier la peau en stimulant localement la microcirculation et la production de collagène/élastine.
- Tonifier le qi et le sang des méridiens du visage (Estomac, Vésicule biliaire, Intestin grêle, Triple réchauffeur).
- Rajeunir le visage dans sa globalité (remodeling doux, lifting des contours, éclat du teint).

DEROULEMENT PEDAGOGIQUE

1ER JOUR

Théorie

- Rappel anatomique sur le crâne, les muscles du visage, les yeux, le système oculaire et la peau.
- Les bienfaits de cette technique de nos jours.
- Etude des points d'acupuncture situés sur le crâne, sur le visage et le cou, et plus particulièrement dans la région de l'œil.

Pratique

- Démonstration par la formatrice et explications des différentes techniques Tui Na à connaître pour ce massage.
- Démonstration de la pratique d'aiguilles selon la méthode Nanjing (République Populaire de Chine), indications et contres indications de cette méthode, précautions à prendre pour l'hygiène à tenir, la désinfection et l'insertion d'aiguilles. Entrainement préalable sur un coton. L'entrainement sur « vrais modèles » aura lieu seulement si l'entrainement sur le coton a été validé par l'enseignante.

- Etudes, repérage et localisation des trajets des méridien situés sur le visage, la tête et le cou,
- Massage appliqué en binômes, alternance d'explication, démonstration et d'application des techniques Tui Na. Observations par la formatrice, commentaires et corrections.

2EME JOUR

Pratique

• Pratique intensive des stagiaires du massage visage/yeux/crâne et de l'aculifting
• Rotation des binômes.
• Analyse des difficultés rencontrées par chacun, correction par la formatrice, perfectionnement dans la technique.
• Conseils aux stagiaires.
• Evaluation, débriefing et délivrance du certificat de stage.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par le formateur.
Pour faciliter la mise en application immédiate au retour de la formation, un book pédagogique et technique est remis à chaque stagiaire.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES

Si vous êtes en situation de handicap, vous pouvez être amené à avoir besoin d'un accompagnement spécifique ou d'une aide adaptée. Afin d'assurer que les moyens de la prestation de formation peuvent être adaptés à vos besoins spécifiques, vous pouvez nous contacter par téléphone ou par email.

CONTACT

Fatima BILGEN
Référent pédagogique, administratif et handicap
Tél. : 06 80 07 28 57
Email : fatimabilgen@gmail.com

PUBLIC CONCERNÉ

Tout professionnel médical, médecin, kinésithérapeute, ostéopathe, infirmière ou tous métiers en relation avec la beauté, la prévention de la santé humaine, tels que Esthéticiennes, Praticien de bien-être, Praticien pour la prévention santé et la santé physique et mentale des personnes, Praticiens en massages, Auxiliaires de vie auprès des personnes âgées, aides-soignants, toutes professions paramédicales etc…

PRÉ-REQUIS POUR CETTE FORMATION : Avoir au minimum étudié : les fondements de la MTC, la pratique du massage Tui Na ou de l'Acupuncture.

DURÉE DE LA FORMATION « LES 7 MASSAGES© »

Massage « M13 Aculifting du VISAGE » PREMIER NIVEAU
12 heures

EVALUATION

Chaque stagiaire est évalué en fin de stage sur le protocole complet par la formatrice. Un certificat lui sera remis en fin de stage.

NOMBRE DE STAGIAIRES

Etant donné la pratique d'acupuncture, cette formation se fera en cours particuliers et au maximum avec deux stagiaires.

MODALITE D'ACCES

Formation intra (au sein de l'organisation)

DELAI D'ACCES

Formation accessible sous 1 mois

TARIF pour un cours particulier, pour 1 seul(e) stagiaire :

Le prix de la formation d'une journée en cours particulier est de 490€ la journée. Pour avoir un bon niveau et pouvoir exercer la méthode en toute sécurité et avec efficacité, l est vivement recommandé de faire cette formation sur deux jours consécutifs. Le prix total pour deux jours est de 2 X 490€ soit 980€ NET DE TVA.
Ce tarif comprend la formation de 12 heures, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.
Les petites collations sur deux jours vous sont offertes (café, thé, tisanes…). Une cuisine est à votre disposition pour réchauffer vos repas, si vous préférez rester sur place pour déjeuner.
Des restaurants se situent à moins de 10 minutes en voiture.

LIEU

Chez FATIMA BILGEN
8, Chemin des Ruettes
78460 CHOISEL

HORAIRES

Ouverture de la salle : 9 h 20
Matin, formation de 9H30 à 12H30 (3 heures le matin)
Après-midi, formation de 14H à 17H.
Pause déjeuner : 12 h 30 à 14 h 00
Fin de la formation : 17 h 00