PROGRAMME DE FORMATION
« LES 7 MASSAGES© »
LE MASSAGE CHINOIS AUX VENTOUSES M11
拔 罐 bá guàn

Par Fatima BILGEN
Esthéticienne DE, Docteur en Médecine Traditionnelle Chinoise, Diplômée par l'Université de médecine traditionnelle chinoise de Nanjing (République Populaire de Chine)
Certifiée QUALIOPI N° FR086845-1 – Date originale de certification le 14 Février 2024

DESCRIPTIF DU PROTOCOLE

Le massage aux ventouses est une pratique extrêmement ancienne. On estime son origine à plus de 3000 ans. Les premières utilisations remontent à l'Égypte ancienne. Bien que la pratique soit antérieure, les premières traces écrites en Chine se trouvent dans l'ouvrage fondateur, Canon de la médecine chinoise, le Classique Interne « Huangdi Neijing » compilé 300 ans avant JC. C'est une technique d'origine populaire, qui consiste à appliquer des ventouses sur la peau pour y créer une aspiration. Les effets bénéfiques sur la santé sont nombreux :

Effets esthétiques :

- Lutte contre la cellulite : L'effet d'aspiration permet de "briser" les amas graisseux sous la peau et de stimuler la microcirculation, ce qui améliore l'aspect capitonné de la cellulite,
- Raffermissement de la peau et drainage : Sur le visage, de petites ventouses (face cupping), permet de lisser les rides, d'atténuer les cicatrices, de réduire les poches sous les yeux et d'illuminer le teint,

Effets holistiques sur tout le corps :

- Le massage aux ventouses vise à soulager les douleurs, à améliorer la circulation et à favoriser la détente.

Conclusion : ce massage est excellent dans le cadre du bien-être et cette formation est indispensable et incontournable pour tout professionnel de l'esthétique, du bien-être. 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

LES OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- **Être capable** de comprendre la genèse, l'historique de la pratique populaire des ventouses, 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 la pratique des ventouses,
- **Être capable** d'assimiler les zones spécifiques comme le dos, les hanches (cellulite), le visage (rides) pour l'application des ventouses,
- **Être capable** d'assimiler les différents outils de la MTC tels que :

Diététique/Massage Tui Na/Automassage/ ainsi que les exercices nécessaires issus du Qi Gong (Art Martial chinois) pour savoir respirer et avoir une meilleure mobilité

- **Etre capable** d'utiliser ces outils selon la situation présente de la clientèle, quels bénéfices peut en tirer la clientèle en recherche de bien-être, de beauté et de santé ?
- **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** 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 le massage aux ventouses inclus dans la méthode « les 7 massages© ».
-

La méthode « les 7 massages© » comprend également les massages suivants :
M1 Crâne et visage, M2 Cou et épaules, M3 Dos, M4 Buste /Hypochondre et gorge, M5 Abdomen, M6 Jambes, M7 Pieds, M8 Corps entier (révision et approfondissement des massages M1 à M7), M9 Auriculothérapie, M10 Moxibustion, M11 Massage aux Ventouses, M12 Guasha.

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 M11 « Massage aux ventouses chinoises » sera donné à chaque stagiaire.
Cet outil pédagogique est très détaillé, il comporte entres-autres des explications avec photos détaillées sur les zones d'application des ventouses. 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 M11 aux Ventouses chinoises,
- Les principes à respecter concernant le masseur,
- L'Apprentissage des différentes techniques de massage 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 (Ventouses, 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 M11 appliquées, et étudiées au cours 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 différentes zones anatomiques pour la pratique des ventouses, le matériel nécessaire pour la pratique des ventouses, son utilisation en toute sécurité,
- 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 des techniques populaires chinoises aux ventouses, ses différentes techniques, le déroulement complet du protocole du massage M11 Massage aux ventouses chinoises 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

- Détendre, apporter du bien-être physique et psychique, éliminer les stress,
- Eliminer la fatigue, renforcer l'énergie QI,
- Eliminer les tensions et nouures du corps,
- Aider à mincir et à déstocker les masses graisseuses,
- Apporter une action bénéfique sur les marques du visage dues à l'âge,
- Donner un effet rajeunissant, apporter de l'éclat au visage….

DEROULEMENT PEDAGOGIQUE

1ER JOUR

Théorie

- Les différentes techniques dites « populaires chinoises », et plus particulièrement la technique des ventouses.
- Son utilité, les bienfaits de cette technique de nos jours,
- Les contre-indications pour cette technique
- Etude du matériel nécessaire, explication des actions mécaniques de la ventouse,
- Pour quelle cliente et dans quels cas ce soin pourrait convenir ?
- Etude et repérage des différentes zones du corps où appliquer les ventouses selon les effets recherchés (dos, hanches, visage etc…)

Pratique

- Démonstration par la formatrice et explications des différentes techniques des ventouses à connaître pour ce massage, notamment les ventouses fixes et les ventouses glissées, les différentes techniques selon les besoins de la clientèle (rides du visage, surpoids, fatigue, tensions, perte de moral etc…)
- Etudes, repérage et localisation des zones du corps telles que bas-joues, rides du visage, double-menton, dos, hanches … Etude des trajets des méridiens de la Vessie, du DU Mai
- Massage aux ventouses « Ba Gua » appliqué en binômes, alternance d'explication, démonstration et d'application des techniques de ventouses. Observations par la formatrice, commentaires et corrections.

2EME JOUR

Pratique

• Pratique intensive des stagiaires du massage « Ba Gua » aux ventouses chinoises
• 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, 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, infirmières, kinésithérapeutes, toutes professions paramédicales etc…

PRÉ-REQUIS POUR LE NIVEAU 1

Aucun

DURÉE DE LA FORMATION « LES 7 MASSAGES© »
Massage « M11 BA GUA AUX VENTOUSES CHINOISES » PREMIER NIVEAU
14 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

4-6 stagiaires par session

MODALITE D'ACCES

Formation intra (au sein de l'organisation)

DELAI D'ACCES

Formation accessible sous 1 mois

TARIF pour un cours collectif de 2 à 6 Stagiaires :

Le prix de la formation de deux jours en cours collectifs est de 490 € NET DE TVA.
Ce tarif comprend la formation de 14 heures, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.
Collation offerte. Merci d'apporter votre déjeuner, possibilité de manger sur place (accès à la cuisine).

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

Le prix de la formation de deux jours en cours particulier est de 780 € NET DE TVA.
Ce tarif comprend la formation de 14 heures, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.
Collation offerte. Merci d'apporter votre déjeuner, possibilité de manger sur place (accès à la cuisine).

LIEU

Chez FATIMA BILGEN
8, Chemin des Ruettes
78460 CHOISEL

HORAIRES

Ouverture de la salle : 9 h 20
Début de la formation : 9 h 30
Pause déjeuner : 13 h 00 à 14 h 00
Fin de la formation : 17 h 30