

**Organisme de formation :** Séphora Weissmuller  
 2 Impasse Robert Castello, 31400, Toulouse  
 Résidence Normandie  
 06 52 32 06 50 / [weissmuller.sephora@gmail.com](mailto:weissmuller.sephora@gmail.com)  
 Siret : 51820348400051 APE : 8559B  
 N° activité : 76110161111

## Programme de formation : Version 2 12/2023

### Formation massage Africain

<b>Description :</b>	<p>C'est un modelage dynamisant pratiqué avec du beurre de karité. C'est un massage très complet qui permet une évacuation garantie au cœur de l'Afrique.</p> <p>Le massage africain est un protocole à la fois doux et profond qui détend les muscles en profondeur.</p> <p>Ce massage se compose de grands glissés, de longs étirements et de pétrissages musculaires, des mouvements enveloppants avec des vibrations, des appuis lâchés, sur un rythme tonique et vivifiant. Il y a aussi des manipulations plus spécifiques, comme le roulé africain, par exemple, très répandu au Kenya.</p>
<b>Les objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre un protocole complet d'une heure de Massage Africain.</li> <li>• Maîtriser les techniques du modelage complet Africain.</li> <li>• Acquérir la dextérité nécessaire à la pratique de ce massage.</li> </ul>
<b>Profils des stagiaires</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CAP Esthétique-Cosmétique.</li> <li>• Toute personne issue du bien-être.</li> <li>• Les personnes qui souhaitent se reconverter professionnellement.</li> </ul>
<b>Prérequis</b>	Avoir déjà eu quelques bases de massage pour avoir une gestuelle fluide.
<b>Modalités et délai d'accès</b>	<p>L'accès à nos formations peut être initié par l'employeur et/ou à l'initiative du salarié.</p> <p>Pour vos demandes de formation, contactez-nous par téléphone au 06 05 32 06 50 ou par courriel à <a href="mailto:weissmuller.sephora@gmail.com">weissmuller.sephora@gmail.com</a></p> <p>Notre organisme de formation s'engage à vous répondre dans un délai de 72 heures.</p> <p>Nous envisagerons la date de début de formation la plus appropriée en fonction de vos besoins, préférences et</p>

	<p>contraintes. Nous vous précisons également les objectifs, les compétences acquises et les sources de financement possibles. Les inscriptions doivent être effectuées au moins deux semaines avant le début de la formation.</p> <p>Si la formation nécessite des prérequis, nous nous assurerons également que vous les remplissiez soit par des tests, soit par un audit téléphonique.</p> <p>L'organisation logistique, technique, pédagogique et financière est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le commanditaire.</p> <p>Sauf cas particulier et en fonction des disponibilités du stagiaire, du formateur ou selon le planning, le délai pour la mise en place de la formation est habituellement d'un mois (en moyenne).</p> <p>Le délai d'accès aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un temps minimum d'un mois avant le début de l'action.</p> <p><b>❏</b> Dans le cas d'accueil de personnes en situation de handicap nécessitant des aménagements, dès lors que la faisabilité est confirmée, le délai d'accès est réévalué avec le client.</p>
<b>Durée</b>	La formation à une durée de 16h soit 2 jours.
<b>Date</b>	Sur mesure avec un délai d'accès de 4 à 8 semaines.
<b>Lieu</b>	L'organisme de formation se déplace dans les instituts et les cabinets de bien-être L'organisme pourra éventuellement louer des salles de formation.
<b>Accessibilité</b>	<p>Vous êtes en situation de handicap ?</p> <p>Nous vous remercions de bien vouloir nous le signaler en amont de la formation. Nous saurons vous orienter vers la solution pédagogique adaptée. Nos partenaires sont également là pour nous aider à vous accueillir dans les meilleures conditions.</p> <p>La formation aura lieu au sein de la maison des sports de Labège en présentiel dans une salle qui nous sera mise à disposition. En tant qu'établissement d'hébergement pour adultes dépendants, ces institutions sont adaptées aux personnes en situation de handicap. Des aménagements tels que des supports de formations, le rythme de la formation et le soutien pédagogique pourront être mis à leur disposition.</p> <p><b>Référent handicap</b> : N'hésitez pas à contacter la responsable de l'organisme de formation Séphora Weissmuller pour plus d'information.</p>
<b>Coût de la formation</b>	560€
<b>Responsable de l'action de formation Contact</b>	<p><b>Weissmuller Séphora</b>  Tel : 06 52 32 06 50  Mail : <a href="mailto:weissmuller.sephora@gmail.com">weissmuller.sephora@gmail.com</a></p>

<b>Moyens techniques et pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pédagogie sera active et participative.</li> <li>• Démonstration par la formatrice et mise en pratique du stagiaire par séquences.</li> <li>• Alternance entre la théorie et la pratique.</li> <li>• Support pédagogique complet avec théorie et pratique.</li> <li>• Musique relaxante Africaine.</li> <li>• Tableau blanc.</li> <li>• Pratique par binôme.</li> </ul>
<b>Moyens d'encadrement de la formation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Stagiaires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Suivi des stagiaires pendant et après la formation.</li> <li>○ Evaluation à chaud et à froid.</li> <li>○ Fiche de réclamation pour partager les difficultés rencontrées.</li> </ul> </li> <li>• <b>Formateur :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Formatrice ayant 22 ans d'expérience dans le domaine du bien-être et de l'esthétique.</li> <li>○ Formatrice ayant 18 ans d'expérience dans la formation dans le domaine de l'esthétique et du bien-être.</li> <li>○ Réflexologue certifiée de l'école EIR et REF formation.</li> <li>○ Point en amont de la formation avec restitution du besoin client.</li> <li>○ Point en fin de journée de formation, recueil des impressions, régulation sur les autres journées en fonction de l'évolution pédagogique.</li> <li>○ La mise en pratique est exécutée sous le contrôle du formateur qui jugera du degré de maîtrise des techniques et des compétences du stagiaire.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Validation des acquis :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réalisation du protocole dans son intégralité + grille d'évaluation détaillée sur l'ensemble de la pratique</li> <li>• Contrôle des connaissances effectuées à l'issue de la formation grâce à un test écrit.</li> <li>• Certificat remis aux stagiaires après le contrôle de connaissance.</li> <li>• Fiche de présence émarginée.</li> <li>• Fiche de satisfaction complétée par les stagiaires à chaud puis envoyée à froid un mois après la formation.</li> </ul>
<b>Programme détaillé par demi-journée :</b>	<p style="text-align: center;"><b>Jour 1 : Matin</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Présentation des stagiaires et du formateur. Test de positionnement.</li> <li>• Théorie sur le massage Africain (Historique, les effets du massage, les indications, les contre-indications, la gestuelle spécifique, les huiles végétales et les huiles essentielles à utiliser pendant le massage, les manœuvres qui existent, la posture du praticien, la mise en place de la cabine...</li> <li>• Démonstration et pratique de la première partie du massage l'application d'huile et prise de contact.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Démonstration et pratique du modelage de l'arrière des jambes.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jour 1 : Après-midi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Démonstration et pratique du massage du dos.</li> <li>• Correction des gestes et des postures.</li> <li>• Révision générale du massage de la face postérieure.</li> <li>• Signature de la feuille de présence.</li> <li>• Recueil des impressions, point de fin de journée de formation.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jour 2 : Matin</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Révision à l'oral en mimant les gestes du massage de la face postérieure.</li> <li>• Démonstration et pratique du massage sur l'avant des jambes.</li> <li>• Démonstration et pratique du massage du ventre, des bras et du décolleté/visage.</li> <li>• Signature de la feuille de présence.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jour 2 : Après-midi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Révision générale du massage complet.</li> <li>• Evaluation écrite sur la théorie du massage.</li> <li>• Mise en situation et contrôle des connaissances techniques concernant le modelage dans sa totalité.</li> <li>• Conclusion et prise en compte des appréciations.</li> <li>• Remise du certificat de formation. Signature de la feuille de présence. Questionnaire de satisfaction à chaud.</li> </ul>
<b>Réclamations</b>	Pour toute réclamation, aléas ou difficultés rencontrés pendant la formation, veuillez nous contacter par téléphone, à l'adresse e-mail ou postale ci-dessus.
<b>Indicateurs de Résultats année 2023</b>	<b>Taux de satisfaction stagiaires: NC %</b> <b>Nombre de stagiaires formés : NC</b>