



FORMATION

E-academy

AYURVEDA LE SHIROTCHAMPI

Documentation



Cette documentation est publiée par l'organisme **E-academy Formation**

Copyright

@Kathy Bauzan

@E-academy formation

En s'inscrivant à cette formation, le participant s'engage à respecter les conditions ou restrictions d'usage des documents qui lui sont remis. Les documents remis aux participants sont régis par les lois sur les droits d'auteur. Ainsi, toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle par quelques procédés que ce soit, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droits ou ayants causes, est illicite. Toute contravention à la propriété intellectuelle pourra donner lieu à une action en justice, pouvant engager la responsabilité civile et pénale du contrefacteur.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce cours ne peut être reproduite, stocké dans un système de récupération et transmise sous aucune forme et aucun moyen, électronique, informatique, mécanique, photocopie, enregistrement ou toute autre manière, sans l'autorisation écrite et signée, préalable, de l'auteur ou d'E-academy Formation. Malgré tous les soins apportés aux textes, ni l'auteur, ni l'éditeur, ni E-academy Formation ne peuvent être rendus responsables des dommages qui pourraient résulter directement ou indirectement d'une erreur qui peut figurer dans cette édition.



PROGRAMME DE FORMATION AYURVEDA LE SHIROTCHAMPI ASSIS ET ALLONGE

1. FORMALITES

Public visé	Professionnels du secteur de l'esthétique, du bien-être, de la santé et les personnes en reconversion professionnelle.
Prérequis	• Etre majeur (pour les mineurs, une autorisation écrite du représentant légal) • La maîtrise de la langue française à l'oral et à l'écrit
Nombre de participants	• de 1 à 6 stagiaires maximums par session • Formation tous les mois, sous réserve de la disponibilité du formateur.
Durée de formation	• 3 jours, soit 21 heures • 1H30, évaluation des acquis en fin de formation
Horaires de la formation	De 9h00 – 12h00 et de 13h00 - 17h00 (1h00 pour la pause déjeuner), les repas sont à la charge du stagiaire
Lieu de formation	Formation en Intra sur le site de la société - 149 rue Jean Dausset, le Victoria bat A1 – 84140 AVIGNON - MONTFAVET
Coût de la formation	755,00 euros (Sept cent cinquante-cinq euros) / OF non assujetti à la T.V.A
Ce que comprend le coût de la formation	• Formation en présentiel • Ressources pédagogiques • Attestation de fin de formation avec évaluation des acquis
Formatrice et personne chargée des relations avec la(e) ou les stagiaires	Kathy BAUZAN Esthéticienne / Praticienne en SPA, en médecine traditionnelle chinoise et ayurvédique / Formatrice

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Toutes les situations de handicap sont étudiées pour bénéficier d'un aménagement et d'un accompagnement particuliers.

Modalités d'accès à la formation : Avant toute validation de votre inscription, un entretien téléphonique avec réalisation du positionnement sera indispensable pour permettre au centre E-academy Formation de s'assurer que vos attentes et vos compétences sont en adéquation avec la formation dispensée. Cela permettra également à la formatrice de moduler la formation pour répondre au plus juste à vos besoins.

Documents contractuels : Toutes les actions de formation dispensées par E-academy Formation font l'objet d'une convention de formation ou d'un contrat de formation professionnelle. Ces documents accompagnés du règlement intérieur, de l'attestation d'informations préalables à l'inscription, de la documentation « fiche descriptive d'action de formation », complètent le devis détaillé et complet.

Adaptation du rythme des séances du programme aux possibilités opérationnelles du stagiaire :
Possibilité de personnaliser le programme de formation selon votre projet.

Délais d'accès à la formation : Délai de 3 semaines minimum, hors délai inhérent aux démarches administratives indépendantes d'E-academy Formation.

Engagement qualité de l'organisme de formation : L'organisme est certifié Qualiopi et satisfait aux exigences du décret n°2019-564 du 6 juin 2019 relatif à la qualité de la formation professionnelle.

2. DESCRIPTION DE LA FORMATION

Issu d'une pratique indienne ancestrale datant de plus de 5 000 ans, le Shirotchampi s'inscrit dans la tradition de l'Ayurvêda, véritable art de vivre visant l'harmonie entre le corps et l'esprit. Transmis de génération en génération, ce massage crânien agit sur le haut du dos, les épaules, la nuque, le cuir chevelu et le visage afin de libérer les tensions et apaiser le stress du quotidien. Ses manœuvres spécifiques procurent des effets à la fois relaxants, revitalisants et dynamisants, favorisant la détente physique et mentale, la qualité du sommeil, la concentration ainsi que la vitalité de la peau et des cheveux.

Au cours de cette formation, vous apprendrez à personnaliser vos soins grâce à l'adaptation des huiles et des pressions selon le profil de votre client(e), notamment à travers l'approche des doshas. Le Shirotchampi peut ainsi devenir relaxant, tonifiant ou énergisant. Cette technique complète vous permettra d'enrichir votre offre, de fidéliser votre clientèle et de proposer une expérience sensorielle unique, véritable atout pour votre développement professionnel ou personnel.

3. OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les fondamentaux du Massage Shirotchampi et ses différentes étapes
- Acquérir les techniques manuelles spécifiques et adopter une posture professionnelle adaptée
- Savoir personnaliser le massage en fonction des besoins du/de la client(e) et de son profil (doshas)
- Intégrer les règles d'hygiène, de sécurité, d'ergonomie et la qualité de l'accueil client

4. COMPETENCES VISÉES

- Réaliser un protocole complet de 1h00 de Massage Shirotchampi
- Maîtriser les gestes techniques (pressions, rythmes, manœuvres) avec précision et fluidité
- Adapter le massage aux besoins du/de la client(e) pour proposer une prestation personnalisée
- Assurer une prise en charge professionnelle respectant le confort, la sécurité et la satisfaction client

5. MÉTHODE PÉDAGOGIQUE THÉORIQUE

Le contenu de la formation est souvent adapté et modulé en fonction des besoins et des demandes spécifiques des apprenants dans le respect des objectifs de formation visé.

Programme du cours :

1. Déontologie
2. Anatomie de la peau et du squelette
3. Les muscles squelettiques
4. La base de l'Ayurveda
5. Les fondamentaux du Shirotchampi
6. L'installation du poste de travail et de votre cliente
7. Etapes d'un massage Shirotchampi allongé
8. Etapes d'un massage Shirotchampi assis
9. Le protocole « Shirotchampi »

6. MÉTHODE PÉDAGOGIQUE PRATIQUE

Techniques : Active, interrogative et participative

La(e) stagiaire pratique sur plusieurs modèles, les étapes globales d'un Shirotchampi assis et allongé, pour maîtriser les gestes et affiner le sens du toucher. Les manœuvres sont expliquées, montrées, commentées et développées avant et pendant le passage à la pratique. L'apprentissage des protocoles se fait étape par étape, avec de la pratique entre chaque démonstration.

Les étapes globales d'un massage shirotchampi (organisation et déroulement du massage)

1. Installation du poste de travail avec les normes d'hygiène
2. Accueillir et accompagner le modèle pour la pratique d'un Shirotchampi
3. Le questionnaire « test sur les doshas »
4. La prise de contact (manœuvres à sec)
5. Le massage complet assis et allongé
6. La prise de congé

7. MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Le syllabus de cette formation est complet, très bien structuré. Il n'est pas nécessaire de vous munir de matériel supplémentaire, cela vous permettra de vous concentrer sur l'essentiel : votre apprentissage.

- Paper board
- Livret en support avec feuilles pédagogiques ou livret en PDF, QCM, QUIZZ, Exercice
- Pratique sur des modèles avec tabouret et table de soin, Mise en situation
- Debriefing et Feedback : Questions / Réponses, pour mesurer l'amélioration de la formation

- Des vidéos de cours détaillées pour renforcer la mémorisation après votre formation

Matériels : Mis à disposition par E-academy Formation

- L'ensemble des produits et du matériel nécessaire pour le Massage aux Pochons
- Table de soin, tabouret

Accompagnement : La Responsable pédagogique et technique coordonne les différents moyens et équipements pédagogiques, selon les phases avant-pendant-après la formation. La directrice gère les aspects administratifs et comptables des sessions de formation. L'ensemble des moyens d'encadrement respecte les exigences qualité de la formation professionnelle.

À prévoir par le stagiaire :

- Une tenue professionnelle, les cheveux attachés, les ongles courts
- Matériel de prises de notes (bloc papier, stylo, ordinateur portable, tablette...)

8. MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS

Suivi de l'exécution : Feuille d'émargement signée par le stagiaire et la formatrice par demi-journée.

Appréciation des résultats : Evaluation continue tout au long de la formation. Les objectifs opérationnels sont évalués grâce à la réalisation : du QCM, du QUIZZ et de l'exercice, de la pratique sur des modèles et mise en situation, tour de table (fondée sur des échanges) pour encourager et motiver les stagiaires dans leurs démarches. Ces temps d'échanges sont prévus pendant les journées de formation pour répondre aux questions des stagiaires et reprendre le cours déjà vu si nécessaire. Evaluation des acquis de la formation « étape par étape » et validation par le formateur. Le principe pédagogique majeur est fondé sur une approche en « learning by doing » (apprendre en le faisant) avec un accompagnement constant du formateur. Bilan de satisfaction des stagiaires. Attestation de fin de formation.

Validation :

À la fin de la formation, la(e) stagiaire devra réaliser :

- 1 évaluation sur la mise en situation devra être exécutée par la(e) stagiaire dans sa totalité, pour vérifier l'apprentissage du protocole : les techniques manuelles pour le massage Shirotchampi assis ou allongé (les gestes et l'enchaînement, le toucher et la fluidité), la mémorisation du protocole et la capacité d'adaptation, sous le contrôle de la formatrice qui vérifiera la bonne acquisition du protocole

Attestations :

- Une attestation individuelle de formation sera remise au stagiaire, pour valider sa présence, à l'ensemble des 3 jours de formation durée 21h00
- Remise d'une attestation de formation pour le « Massage Shirotchampi » délivrée pour la réussite de l'examen, afin de valider ses acquis

- Une attestation d'assiduité et de présence vient compléter le dispositif avec envoi au commanditaire de la formation

Suivi de la formation :

Un questionnaire de suivi accompagne cette démarche dans les 2 à 6 mois qui suivent l'action de formation (envoi et retour par mail).

Les points forts de la formation :

- La formatrice dispose de la double compétence Dirigeante et Experte (Formatrice)
- La formation est prodiguée en présentiel
- La formation est en petit effectif pour un apprentissage optimal ou en formation individuelle

9. PROGRAMME DES TROIS JOURS DE FORMATION

JOUR 1/ MATIN : Présentation du stagiaire, de son cursus professionnel et de ses attentes, présentation de la formatrice

Remise du livret de formation

- Déontologie
- Anatomie de la peau et du squelette
- Les muscles squelettiques
- La base de l'Ayurvêda
- Les fondamentaux du Shirotchampi
- L'installation du poste de travail et de votre cliente
- Etapes d'un massage Shirotchampi allongé
- Etapes d'un massage Shirotchampi assis
- Le protocole « Shirotchampi »

JOUR 1 / APRES-MIDI : *Réalisation de la prestation (sur un modèle)*

- Description des produits utilisés, norme d'hygiène du poste de travail
- **Pratique du massage assis** (démonstration - pratique simultanée) : installation du modèle, prise de contact et techniques sur le haut du dos, le crâne et le visage (pétrissages, rotations, percussions, effleurages, pressions, balancier, frictions, pincements, pianotements...)

Débriefing : Questions / Réponses de la journée de formation.

JOUR 2 / MATIN : Feedback sur la première journée (questions / réponses), Entraînement : QCM, QUIZZ

Réalisation de la prestation (sur un modèle)

- **Pratique révision du massage assis** : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et techniques sur les épaules, le crâne et le visage

Réalisation de la prestation (sur un modèle)

- **Pratique du massage allongé** (démonstration - pratique simultanée) : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et techniques sur les épaules, le crâne et le visage (pétrissages, rotations, percussions, pressions, effleurages, balancier, frictions, lissages alternés, pincements, pianotements...)

JOUR 2 / APRES-MIDI : *Réalisation de la prestation (sur un modèle)*

- **Pratique révision du massage allongé** : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et techniques sur les épaules, le crâne et le visage

Réalisation de la prestation (sur un modèle)

- **Pratique du massage complet Shirotchampi assis ou allongé** : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et technique du massage dans sa totalité

Debriefing : Questions / Réponses des deux jours de formation.

JOUR 3 / MATIN : Feedback sur les deux jours de formation (questions / réponses) Entraînement : Exercice

Réalisation de la prestation (sur un modèle)

- **Pratique du massage complet Shirotchampi assis ou allongé** : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et technique du massage dans sa totalité

Réalisation de la prestation (sur un modèle)

- **Pratique du massage complet Shirotchampi assis ou allongé** : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et technique du massage dans sa totalité

JOUR 3 / APRES-MIDI :

Réalisation de la prestation (sur un modèle)

- **Pratique du massage complet Shirotchampi assis ou allongé** : norme d'hygiène du poste de travail, installation du modèle, prise de contact et technique du massage dans sa totalité

Evaluation pratique du Shirotchampi assis ou allongé sur 1 modèle, sous le contrôle de la formatrice

Debriefing : Questions / Réponses des trois jours de formation. Bilan de satisfaction des stagiaires.

En fin de formation, après avoir réussi l'évaluation pratique, la(e) stagiaire reçoit une attestation de formation en « Massage Shirotchampi ».

E-academy FORMATION

