

PROGRAMME

Jour 1

INTRODUCTION ET BASES DES SOINS NATURELS MAROCAINS



MATIN (3H 30MIN)

Théorie et démonstration :

- Accueil et présentation des objectifs : Tour de table pour identifier les niveaux en soin de visage des futurs apprenants et leurs attentes. **(15 min)**
- Histoire et Culture des Soins du Visage au Maroc **(30 min)**
- Structure et fonction de la peau : Révision des notions anatomiques de la peau **(45 min)**
- Diagnostic et Techniques d'analyse de la peau (présentation & pratique) **(60 min)**
- Présentation des produits naturels marocains : actifs et utilisation (argiles, huile d'argan, eau de rose, huile de barbarie, etc.) **(60 min)**



PROGRAMME

Jour 1

INTRODUCTION ET BASES DES SOINS NATURELS MAROCAINS



APRÈS-MIDI (3H 30MIN)

Protocoles :

- Nettoyage et Exfoliation douce **(30 mn)**
- Techniques de modelage facial marocaines **(30 mn)**
- Pratique guidée : apprentissage de petites séquences par binôme **(1h30mn)**
- Pose et retrait de masque **(30 mn)**
- Échange sur le protocole et le choix des produits/ingrédients **(30 mn)**



Celestia Vitality

PROGRAMME

Jour 2

TECHNIQUES ET PROTOCOLES DE SOINS DU VISAGE



MATIN (3H 30MIN)

PRATIQUE:

- Révision et pratique autonome (1h)
- Mise en situation avec modèles (1h)
- Évaluation : comprend 2 volets (1h)
 - **Par la formatrice** : Les acquis, enchaînement logique, utilisation rationnelle des produits
 - **Par le modèle** : Le ressenti des manœuvres
- Feedback des apprenants et échanges sur la situation (30 mn)



PROGRAMME

Jour 2

TECHNIQUES ET PROTOCOLES DE SOINS DU VISAGE



APRÈS-MIDI (3H 30MIN)

Apprentissage et Pratique :

- Tour de table pour identifier les niveaux des futurs apprenants
- Rappel des objectifs du Module
- Introduction théorique (historique et bienfaits du massage marocain)
- Apprentissage et révision de notions anatomiques élémentaires
- Présentation des produits et de leur usage selon les protocoles (touareg / berbère)
- Démonstration des techniques de base (pétrissage, pressions, étirement..)



PROGRAMME

Jour 3

MASSAGE CORPOREL AUX TECHNIQUES MAROCAINES



MATIN (3H 30MIN)

Pratique:

- Pratique des apprenants sur différents organes du corps
- Révision et pratique autonome : face ventrale et face dorsale
- Pratique guidée, travail en binômes



Celestia Vitality

PROGRAMME

Jour 3

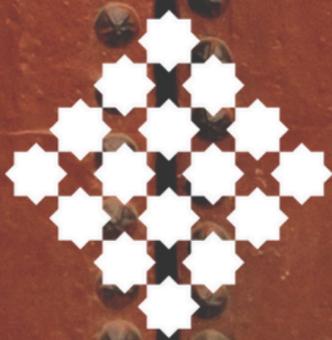
MASSAGE CORPOREL AUX TECHNIQUES MAROCAINES



APRÈS-MIDI (3H 30MIN)

Pratique & Évaluation:

- Révision et pratique autonome
- Mise en situation avec un modèle Pratique guidée sur modèles (Mise en situation réelle)
- **Évaluation:** comprend 2 volets (1 heure)
 - **La formatrice:** Les acquis et conseils d'amélioration sur la posture du corps l'ancrage
 - **Le modèle:** le ressentis des manœuvres et utilisation proportionnelle des produit



Celestia Vitality

PROGRAMME

Jour 4

RITUEL DU HAMMAM MAROCAIN ET SOINS NATURELS



MATIN (3H 30MIN)

Apprentissage et pratique :

- Présentation des particularités du hammam au Maroc : histoire, culture et bienfaits **(30mn)**
- Étude des effets de la chaleur et de l'humidité sur la peau **(30mn)**
- Présentation des produits utilisés (savon noir, ghassoul, kessal, soukla, henna) **(60mn)**
- Explication et démonstration des manœuvres phares du protocole du hammam (hors la salle de hammam) **(60mn)**
- Echanges sur les contre-indications, hygiène, précautions **(30mn)**



PROGRAMME

Jour 4



APRÈS-MIDI (3H 30MIN)

Perfectionnement et pratique professionnelle:

- Préparation de l'espace du hammam (température, vapeur, ambiance) **(15mn)**
- Techniques de préparation de la peau et soins pré gommage **(15mn)**
- Démonstration et pratique : gommage au gant kessal, et application du savon noir **(45mn)**
- Application des masques corporels au ghassoul et aux plantes
- Etirement relaxant post-hammam **(45mn)**
- Techniques de rinçage et hydratation après le hammam **(30mn)**

Pratique et évaluation :

- Mise en situation complète : simulation d'un rituel hammam personnalisé (cas de mariée)
- Évaluation « Hammam la Mariée » : qui comprend 2 volets **(1heure)**
 - La formatrice : Les acquis et conseils d'amélioration sur la posture du corps l'ancrage
 - Le modèle : Feed back du modèle sur l'utilisation du gant ; l'hydratation ; les étirements et accueil

