

Programme de formation Madérothérapie (Techniques corporelles esthétiques)

Durée : 16 heures (2 jours – 8h/jour)

Modalité : Présentiel

Public visé :

Professionnels de l'esthétique, du bien-être, masseurs, praticiens en soins corporels ou personnes en reconversion dans ces domaines

Prérequis :

- Être majeur
- Avoir une sensibilité au toucher et au bien-être
- Une première expérience en esthétique ou massage est recommandée mais non obligatoire

Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les principes et bienfaits de la madérothérapie
- Identifier les indications et contre-indications
- Utiliser correctement les outils en bois spécifiques
- Réaliser un protocole complet de madérothérapie corps
- Adapter la pression et les gestes selon les zones et les besoins
- Proposer une prestation professionnelle en toute sécurité

Compétences visées

- Mettre en œuvre un protocole de madérothérapie corps
- Maîtriser les gestes techniques avec les outils en bois
- Adapter la pratique selon la morphologie et les objectifs du client
- Assurer la sécurité et le confort du client
- Intégrer la madérothérapie dans une offre de soins esthétique

Programme détaillé

Jour 1 – Apports théoriques et prise en main (8h)

Matin (4h)

- Présentation de la formation et des participants
- Origine et principes de la madérothérapie
- Bienfaits esthétiques (cellulite, drainage, tonification)
- Anatomie de base (système lymphatique et circulatoire simplifié)
- Indications et contre-indications
- Présentation des outils (rouleaux, ventouses, champignons, etc.)
- Hygiène, posture et ergonomie du praticien

Après-midi (4h)

- Démonstration du protocole complet par le formateur
- Prise en main des outils
- Apprentissage des gestes de base
- Exercices pratiques en binôme (zones ciblées : jambes / ventre)
- Corrections individualisées

Jour 2 – Maîtrise du protocole complet (8h)

Matin (4h)

- Révision des gestes fondamentaux
- Approfondissement des techniques (intensité, rythme, enchaînements)
- Travail sur différentes zones du corps
- Adaptation du protocole selon les objectifs (drainage, anti-cellulite, remodelage)

Après-midi (4h)

- Réalisation d'un protocole complet en autonomie (mise en situation réelle)
- Ajustements et perfectionnement
- Conseils pour la mise en place d'une prestation (durée, tarifs, fréquence)
- Questions / réponses
- Évaluation des acquis

Modalités pédagogiques

- Apports théoriques illustrés
- Démonstrations par le formateur
- Mise en pratique intensive en binôme
- Accompagnement individualisé
- Support de formation remis aux participants

Modalités d'évaluation

- Évaluation continue lors des mises en pratique
- Vérification de la maîtrise des gestes techniques
- Mise en situation finale avec réalisation d'un protocole complet

Moyens techniques et pédagogiques

- Salle équipée (table de massage, matériel adapté)
- Kit d'outils de madérothérapie
- Produits de massage
- Support pédagogique (papier ou numérique)

Encadrement

Formation dispensée par un(e) professionnel(le) qualifié(e) en esthétique ou massage bien-être, expérimenté(e) en madérothérapie

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap sous réserve d'étude du besoin en amont

Délais d'accès

Inscription possible jusqu'à 7 jours avant le début de la formation (selon places disponibles)