

# Formation Internationale d'Esthétique

Ecole d'Esthétique & de Bien-être  
Depuis 80 ans, à Bruxelles



## SPÉCIALISATION MASSAGES DU MONDE

Ou l'art du massage à travers les continents... De véritables voyages sensoriels, les massages du monde recèlent de bienfaits physiques et mentaux extraordinaires. Issus d'histoires ancestrales, ils révèlent de réelles vertus thérapeutiques. Notre formation comprend 15 massages donnés aux quatre coins du monde et réputés pour leurs effets thérapeutiques :

21 octobre 2023	Le massage crânien	3 février	Le massage indien ayurvédique
22 octobre	Le massage japonais lifting 3D visage	4 février	Le massage suédois
11 novembre	Le massage régénérant dos	2 mars	Le massage femme enceinte
12 novembre	Le massage étoile	3 mars	Le massage et fibromyalgie
2 décembre	Le massage aux pierres chaudes	6 avril	Le massage anticellulite
3 décembre	Le massage thaïlandais aux pochons	7 avril	Le massage tibétain au bol Kansu
6 janvier 2024	Le massage oriental à la bougie	11 et 12 mai	Le massage hawaïen lomi lomi
7 janvier	Le massage balinais		

### ORGANISATION

La formation en **Massages du Monde** est programmée uniquement en week-end, une fois par mois (premier week-end du mois) et répartie sur 8 mois. La formation est essentiellement pratique. Les élèves travaillent sur leur modèle, en petit groupe de maximum 5 élèves.

- Formation un week-end par mois (samedi & dimanche)
- Un massage formé en une journée
- 5 élèves maximum - 2 élèves minimum
- Apporter un modèle
- Horaire: 9h-15h30 (30 min pause lunch)
- Un syllabus est remis à l'élève pour chaque massage enseigné
- Les cosmétiques et le matériel professionnel sont mis à disposition durant les cours

- Un certain matériel est à prévoir pour la formation (la liste est donnée lors de l'inscription/ Il s'agit principalement d'essuies, d'un tablier, chaussons...)

## *DESCRIPTION DES MASSAGES*

### Massage Indien Ayurvédique

Originaire de l'Inde, le massage ayurvédique tire son nom de l'Ayurveda, médecine traditionnelle vieille de plus de 5000 ans et encore pratiquée à l'heure actuelle et reconnue par l'organisation mondiale de la santé.

Selon cette médecine, le corps est traversé par « un souffle vital » : Prâna. Lorsque ce flux énergétique est perturbé, notamment par le stress ou une mauvaise hygiène de vie, l'organisme souffre de nombreux dysfonctionnements.

En agissant par pressions et autres mouvements sur certains points énergétiques du corps « les Marmas », le massage a pour objectif de rétablir la circulation de ce souffle vital.

A la fois relaxant et énergétique, le massage ayurvédique permet entre autres de se décontracter, de dénouer les muscles et de chasser les toxines en redonnant ainsi toute l'énergie à la personne.



## Massage oriental à la bougie

Le massage oriental tient ses origines au Maghreb. Il a été développé au VI<sup>ème</sup> siècle dans les milieux musulmans et ses plus grands ambassadeurs sont aujourd'hui les hammams, les salles de massage et de bain de vapeur devenues de véritables institutions dans des pays comme le Maroc, la Syrie, l'Égypte.... Cette pratique a été enrichie au fil du temps par bien d'autres techniques venues d'Asie et du monde occidental, et est adoptée aux quatre coins du monde.

Le massage oriental se fait des pieds à la tête, en suivant le tracé musculaire. Véritable invitation au voyage, ce massage ouvre les portes de la détente et de la sérénité. Il allie douceur, effleurages, pétrissages, à des mouvements larges, fluides et enveloppants.

La bougie chauffée libère une cire onctueuse et nourrissante, améliorant ainsi le toucher et par conséquent le ressenti du client.

Ce moment de relaxation permettra de développer la perception sensorielle du client, d'évacuer le stress, de dénouer les tensions, ainsi que de détendre les muscles.



## Massage aux pierres chaudes

Ce massage d'origine amérindienne, s'effectue avec des pierres d'origine volcaniques qui sont utilisées pour leur vertu et leur capacité à retenir la chaleur.

Grâce à cette chaleur, les toxines sont libérées, le système immunitaire revigoré et l'organisme détendu. Le massage aux pierres chaudes est également réputé pour soulager les nœuds musculaires ainsi que les douleurs.



## Massage Lomi-Lomi hawaïen

D'origine hawaïenne, le Lomi-Lomi est un magnifique massage qui dynamise et harmonise l'ensemble du système énergétique du corps. Il recourt aux énergies des 4 éléments : l'air, la terre, l'eau et le feu.

Étirements, acupressions, pétrissages, le massage Lomi-Lomi consiste en une succession de gestes visant à améliorer le bien-être de la personne massée. Les avant-bras y sont forts sollicités.

Les soins prodigués durant un massage trouvent leurs caractéristiques particulières dans un toucher unique, enveloppant et rassurant, une harmonie des gestes faite de grâce et de fluidité propre à la culture hawaïenne.



## Massage Balinais

Le massage balinais tire ses origines d'un mélange de la médecine ayurvédique et chinoise. Il est pratiqué en Indonésie, et se décline en 2 temps : une phase de massage pure et une phase d'étirements visant à relaxer mais aussi à dynamiser les flux sanguins et énergétiques du corps.

Aucune partie du corps n'est négligée, il est à la fois doux et tonique, relaxant et énergisant permettant au corps d'évacuer le stress et d'harmoniser le physique et le mental en retravaillant sur des points énergétiques et leurs méridiens.

Un équilibre entre la relaxation et l'énergie vitale.



## Le Massage Suédois

Le massage suédois, le plus connu et le plus populaire aux États-Unis et en Europe, a été inventé par Per Henrik Ling début 1800.

Très prisé par les sportifs, il tonifie les muscles, soulage les courbatures, les douleurs musculaires et les douleurs du dos.

Ce massage dynamique favorise la circulation sanguine et lymphatique, détoxifie l'organisme et aide le corps à retrouver son équilibre naturel.

En alternant différents gestes, il procure une grande détente musculaire : effleurages, pétrissages, frictions, percussions et vibrations.



## Le Massage Tibétain au bol Kansu

Appelé aussi “massage sonore”, ou “massage aux bols chantants”, est un soin énergétique qui utilise le son et les vibrations des bols tibétains pour apporter un lâcher-prise physique et mental et un rééquilibrage global du corps. Les bols tibétains sont constitués de plusieurs métaux, chacun associé à un chakra particulier. Lorsque le bol rentre en vibration (en le frappant ou en le faisant chanter), ce dernier libère une énergie propre à la note émise, et agit alors sur le chakra concerné afin de le rééquilibrer. Les bols opèrent aussi au niveau physique, directement dans nos cellules.

Lorsque la vibration est émise, cette dernière résonne dans notre muscle, notre circulation et notre système interne. L'ensemble du corps est alors “accordé” sur la même fréquence que la note donnée. Ce massage tibétain est issu de la pratique Ayurvéda qui utilise un instrument particulier, un petit bol de forme arrondie, sans angle et de structure tout à fait homogène, fabriqué dans un alliage de 5 métaux : l'or, le zinc, le cuivre, le bronze, l'argent et l'étain.

Ses bienfaits sont résumé à la stimulation de tout l'organisme. Plus qu'un massage, c'est un art de vivre dont les principaux bienfaits sont :

- La relaxation et la légèreté du corps par la stimulation des muscles, des tendons, des os et de la peau.
- L'optimisation des circulations sanguine, lymphatique et hormonale favorisant ainsi l'élimination des toxines.
- Le renforcement des systèmes nerveux et immunitaire.
- L'évacuation du stress.
- L'amélioration du sommeil.
- Le soulagement des douleurs.
- La fortification du corps et l'accroissement de la longévité.
- L'apaisement de la fatigue





## Le Massage Etoile

Il se pratique sur les cinq extrémités du corps tête, 2 mains, 2 pieds.

Il stimule les zones réflexes situées dans les parties du corps les plus sensibles.

Il stimule les zones réflexes des cinq extrémités.

Il apporte une sensation de grand apaisement et de profonde relaxation et régule le système nerveux

Particulièrement prisé par les personnes qui n'ont pas l'habitude de se faire masser et qui sont pudiques. Cette approche leur permet souvent de faire connaissance avec le massage bien-être et de mieux se détendre pour la séance suivante.

## Le Massage Crânien

Il se décline sous différentes formes. En médecine traditionnelle chinoise, il s'agit d'un protocole vieux de plusieurs millénaires. Il répond à ses règles fondamentales, à savoir que chaque douleur ressentie est due à un manque d'harmonie global et non à un dysfonctionnement d'une zone en particulier. Pour rétablir l'équilibre énergétique et soulager les tensions, la praticienne travaille donc sur différents points d'acupuncture localisés au niveau de la tête.

le massage crânien permet de lutter contre : - la fatigue - le stress - les maux de tête - les insomnies  
- les tensions dans la nuque et le haut du dos



## Le Massage Thaï au pochons aromatiques

Les Luk Pra Khop sont des compresses aux herbes fraîches qui sont utilisées en Thaïlande depuis 400 ans. Elles stimulent la circulation sanguine et aident à réduire les douleurs et tensions musculaires, les douleurs articulaires et tendineuses.

Les compresses contiennent diverses herbes aux propriétés anti-inflammatoires, anti-bactériennes, astringentes et stimulantes. Elles ont aussi une action exfoliante. Les compresses sont passées à la vapeur pour que les huiles essentielles se libèrent. Elles sont ensuite appliquées sur le corps par tapotement, roulement, pression le long des Sen qui sont les méridiens énergétiques thaïlandais. Ces méridiens suivent les lignes tendino-musculaires du corps. Traditionnellement elles contiennent un type de gingembre trouvé en Thaïlande, le Plai, du Curcuma, du Galanga, de la feuille de Tamarin, du citron Kaffir, de la citronnelle, de l'eucalyptus et du camphre. En France il est relativement facile de trouver le curcuma, le galanga, le kaffir, la citronnelle, l'eucalyptus et le camphre. Les autres plantes sont remplacées par des plantes ayant des effets similaires.

Ce massage relaxant et énergisant se pratique avec des pochons d'herbes aromatiques de Thaïlande, et puise sa force dans une union harmonieuse de chaleur et de senteurs aux pouvoirs thérapeutiques associées aux huiles essentielles. Il aide à la relaxation des muscles et à l'équilibre du bien-être du corps et de l'esprit par le biais des manœuvres douces et drainantes sur les différents méridiens du corps.

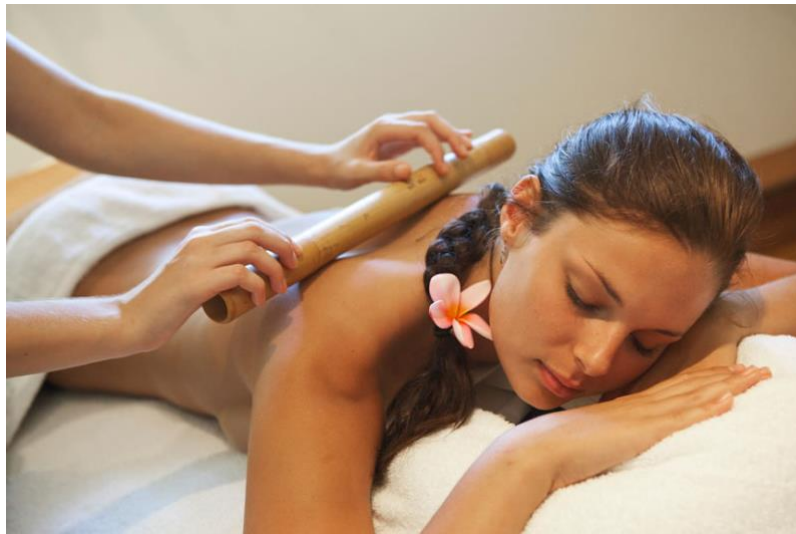


## Le Massage Régénérant dos

Ce massage relaxant et décontractant allie techniques musculaires profondes telles que pressions, pétrissages et étirements thaïlandais pour un assouplissement corporel et une détente articulaire entraînant une décontraction totale. Il cible réellement les tensions du dos et les dénoue en profondeur.

## Le Massage aux Bambous

Les origines véritables du massage aux tiges de bambou sont un peu floues. Certains disent que cette technique vient d'Asie, d'autres affirment qu'elle est originaire d'Afrique. Quoi qu'il en soit, la nature offrant à l'homme tout ce dont il a besoin pour sa subsistance, il en va de même pour les méthodes de bien-être. Le meilleur exemple pouvant illustrer ces propos est le massage aux tiges de bambou. 100% naturel, il s'effectue en recourant à des accessoires de massage originaux : des tiges cylindriques polies de bambou. Durant le massage au bambou, le praticien n'utilise ses mains que pour exercer des pressions via les tiges de bambou et pour les faire rouler sur le corps du massé. Ce massage est à la fois tonique et relaxant, où le corps et les éléments de la nature ne font plus qu'un. C'est un enchantement pour le corps et l'esprit. Les tensions sont dispersées, les énergies circulantes sont libérées, le corps est assoupli. Il est indiqué pour lutter contre les troubles circulatoires, et permet de drainer les toxines.



## Le massage Anti-cellulite

Le massage manuel spécifique anti-cellulite apporte à toutes les femmes la solution idéale pour lutter contre leur cellulite, avec son action stimulante sur la circulation sanguine et lymphatique. Une combinaison de pétrissages profonds qui décollent la cellulite, puis à une action qui presse et casse la cellulite, afin de vider l'eau des cellules, associées à un drainage (massage qui aide à pour l'élimination) amène de façon générale une réduction apparente de la cellulite.

## Le massage et fibromyalgie

Massage spécifique, personnalisé qui permet d'approcher le client atteint dans le respect de ses douleurs. La maîtrise des gestes permet un relâchement des tensions. Le but étant d'apporter plus de confort physique et d'apaisement dans le respect de l'état et des besoins de la personne.

## Le massage japonais lifting 3D visage

Technique de massage qui agit sur les muscles et la circulation énergétique et dont il est indispensable de traiter en priorité les muscles contractés et fatigués du dos et du décolleté afin de lifter le visage par la suite car le relâchement du visage est souvent influencé par une posture habituelle incorrecte. Les résultats sont immédiats, visibles et durables. Un anti-fatigue qui apporte une relaxation profonde pour tout âge et type de peau.

## *FORMATRICE*

La formation est donnée par notre formatrice, Catherine Jossien.

Dotée de près de 28 ans d'expérience, voici les points clés de son parcours en tant que professionnelle de la beauté et du bien-être :

- Esthéticienne et Masseuse de **Lady Gaga** pour la Tournée Européenne de septembre 2014 à fin Décembre 2014 en soins du visage et du corps (utilisation de l'appareil à radio fréquence) modelages du Monde, pose d'ongles gel, soins amincissants raffermissants.
- Formatrice SPA thérapeute **MAESTRIS DUNKERQUE** 2011 à juin 2014 - Jury du rectorat pour l'attribution des diplômes d'état français
- Esthéticienne spa thérapeute **Martin Spa Hotel Genval** depuis février 2015
- Senior Spa Expert **Aspria Royal la Rasante bruxelles** depuis juin 2016
- Gérante de l'institut **Monsieur K Bruxelles**
- 3 ans d'expérience en tant que Professeur Esthétique (correctrice d'examens écrits et oraux pour le Rectorat de Lille).

Diplômée du Brevet de Technicien Supérieur en Esthétique et Cosmétique et du CAP Esthétique Cosmétique, Catherine possède près de 28 ans d'expérience en Esthétique et Spa et, 3 ans d'expérience en tant que Professeur Esthétique (correctrice d'examens écrits et oraux pour le Rectorat de Lille). Formatrice en soins Spa et modelages du monde. Ses compétences couvrent la réalisation de cours et supports pédagogiques, les techniques de soins visage et corps, du maquillage, de la manucure et beauté des pieds Spa, de la pose d'ongles en gel ou en résine. Passionnée par son métier, Catherine est une personne dynamique, humaine, professionnelle & à l'écoute.



## *MINERVAL*

Le minerval est de 3590 euros TTC pour la formation en Massages du Monde (comprenant 15 massages). Les formations en massage peuvent aussi être proposées « à la carte » (demander le contrat d'inscription pour Massage à la carte).

### Facilité de versements sans intérêt d'échelonnement :

- Acompte: 590€
- Solde: 375 €/mois par ordre permanent étalés sur 8 mensualités (1er octobre 2023 au 1er mai 2024)

Ce minerval comprend la formation, les syllabi, les cosmétiques mis à la disposition à la **F.I.E** et le diplôme (Massages du Monde).

## *MATERIEL*

A apporter lors de la formation :

- Uniforme avec tablier professionnel noir
- Chaussons d'intérieur noir
- 3 petits essuies marron ou beige
- 3 grands essuies marron ou beige
- 1 peignoir marron ou beige
- 1 plaid et un coussin marron ou beige
- 1 coupelle
- 1 bassine en plastique noire (pour les pieds)
- 1 brosse pour pieds
- De quoi noter + bloc note + une farde pour glisser le syllabus des différents massages.  
Un classeur ou cahier, un agenda.
- Lunch

## *INSCRIPTION*

Pour toute inscription ou demande de rendez-vous, veuillez nous contacter  
par email [gestion@fie-esthetique.com](mailto:gestion@fie-esthetique.com) ou au 0488/24.25.66



Établissement et diplômes non reconnus par la Communauté française de Belgique.