

**H 4 C 2**  
HEAD • HEART • HAND • HAIR  
*Coiffeur en Conscience*

# Programme de Formation

Hair-Spa, Massage bien-être



**Aucun stress !**

Notre équipe gère  
votre dossier de A à Z



**Aucun frais à avancer !**

Le règlement se fait après le  
remboursement de votre  
organisme financeur



**Des échanges riches**

entre stagiaires grâce à  
un suivi post-formation

# Informations liées au stage

## Public visé :

Professionnels de l'esthétique ou professionnels de la coiffure.

## Délais d'accès :

1 mois peut être nécessaire entre l'inscription, l'envoi et réception du dossier et validation de la formation selon les cas ; nous contacter.

## Lieu :

231 cours Emile ZOLA, 84800 L'Isle-sur-la-Sorgue.

## Durée :

1 jour en présentiel.

8 heures par jour soit au total 7 heures,  
de 8H30 à 17H30 avec pause déjeuner.

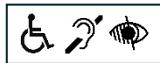
## Objectifs :

- Positionnement du coiffeur(se) comme expert capillaire.
- Comprendre l'anatomie et le fonctionnement du cheveu et du cuir chevelu.
- Maîtriser les techniques de diagnostic capillaire et de soins du cheveu et du cuir chevelu.
- Savoir conseiller et adapter les traitements capillaires en fonction des besoins des clients et savoir construire une routine de soins adaptés.
- Connaître et maîtriser les différentes techniques de modelage crâniens sur modèle vivant au bac et dans le cadre d'un soin Hair Spa.
- Découvrir et appliquer les protocoles du Hair Spa.
- Savoir construire une carte de soins Hair Spa.

## Prérequis :

Bases de la coiffure (lavage, séchage, manipulation du cheveu).

## Handicap :



H4C2 atteste que l'ensemble des lieux de formation est adapté aux personnes à mobilité réduite. Afin que ces formations soient accessibles à tous, nous invitons les personnes ayant besoin d'un aménagement spécifique à nous le signaler en contactant directement notre référente handicap Sandrine HAXAIRE au 06.10.17.47.22.

**Moyens d'encadrement :** Sandrine HAXAIRE, responsable du centre de formation H4C2, en collaboration avec :

Avec son parcours atypique et la diversité de ses domaines de compétence, ce qui anime Céline c'est la place du bien-être dans la coiffure. Spécialiste en trichologie sans cesse à l'affût des nouvelles techniques et évolutions elle a à cœur de transmettre ses protocoles de soin et son savoir en matière de santé du cuir chevelu et du cheveu.



#### **Moyens pédagogiques :**

Une salle équipée sera dédiée à la formation. Il sera remis à chaque stagiaires en début de formation :

- Tout document lié à la formation (livret de formation...)
- Un dossier vierge afin de prendre des notes
- Vidéo projecteur
- Paper board
- Mise en situation
- Travail en binôme
- Suivi du groupe sur WhatsApp

Stagiaires : 10 maximum

#### **Modalités :**

A l'issue de la formation sera délivré aux apprenants une feuille d'émargement signée au début de chaque demi-journée.

#### **Évaluations :**

Un quiz d'évaluation est remis aux stagiaires à la fin du stage. Le quiz est corrigé, noté et renvoyé aux stagiaires avec l'attestation de résultat. Une attestation est délivrée à chaque stagiaire à la fin du stage.

#### **Accessibilité :**

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent handicap au 06.10.17.47.22

# Déroulé Pédagogique de la Formation

Jour 1.

**8H30 à 9h00 :** Accueil, café, signature de la feuille d'émargement. Présentation du formateur et des stagiaires. Recueil des attentes pour chaque participant, point sur les niveaux d'expérience.

**9H00 à 10H30 :** Introduction aux modelages crâniens et tricho-holistique.

Posture et modelages : exercices préparatoires pour mise en condition du coiffeur praticien (protocole de 5 exercices d'étirement et respiration). Pratique en groupe.

Apprentissage des différentes composantes d'un modelage réussi, comme l'intention, la voix, la création d'une ambiance, le démêlage sensoriel...

**10H30 à 12H30 :** Protocole de modelage et expérience sensorielle pour le client :

- Protocoles de modelage crânien : prise de contact, pétrissage apaisant, effleurage et pressions, pincements et rotations, relaxation du cou, attention au crâne, pétrissage du cuir chevelu, soulèvement des cheveux, libération des cheveux, clôture du modelage.
- Les différents mouvements des mains : points de pression, mouvements circulaires, liaisons entre les points, pétrissages, méthode en « quartiers d'orange », enveloppements, décollage des cheveux du cuir chevelu.
- Les points de pression et le modelage crânien sensoriel enveloppant : appréhension des différents points de pression et leurs significations, appréhension des différentes zones du crâne et des bienfaits liés au modelage de ces zones (zone frontale / pariétale / occipitale / nuque).

Toutes ces techniques sont faites simultanément aux explications du formateur sur les stagiaires par auto-modelage et en binôme.

**13H30 à 16H30 :** Présentation des différents produits et accessoires utilisés en soins Hair Spa : utilisation de ces différents produits et outils (travail en binôme).

**16H30 à 17h30 :** Évaluation QCM. Questions / réponses. Questionnaire de satisfaction. Création d'un groupe WhatsApp pour suivre l'évolution des stagiaires et répondre aux difficultés rencontrées après la formation. Remise des certificats.

# Liste du Matériel

## Matériel apporté par vos soins

- Serviette douce
- 1 plaid

## Matériel de prêt par H4C2

- Vidéo projecteur
- Paper board