



Centre de formation ORA

Mélanie Garau · 36 rue du Général Rascas, 57220 Boulay-Moselle

SIRET 500 672 274 00023 · Code APE 8559A

Déclaration d'activité n° 44570523057, enregistrée auprès du préfet de la région Grand Est. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

07 87 18 97 49 · contact@oraformation.fr · www.oraformation.fr

PROGRAMME DE FORMATION · FORMATION INITIALE · MÉTHODE ORA

Head Spa Sensoriel, Méthode ORA

Intégrer les rituels head spa de la Méthode ORA à votre offre d'institut, en maîtrisant un protocole esthétique de bien-être qui associe 3 rituels head spa, le modelage crânien signature et une expérience sensorielle immersive.

Programme mis à jour le 1er octobre 2026.

L'essentiel

LE FORMAT	POUR QUI	TARIF ET VALIDATION
DURÉE 14 h : 2 jours en présentiel, de 9 h à 17 h	PUBLIC Professionnelles : Esthéticiennes, gérantes d'instituts, praticiennes bien-être, professionnelles de l'esthétique	TARIF 2 000 € TTC : Kits accessoires, marketing et communication inclus, repas compris
FORMAT Présentiel : À Boulay-Moselle (57)	PRÉREQUIS Les bases : Maîtriser l'accueil clientèle, l'installation d'une cliente et les protocoles esthétiques. Une expérience dans l'esthétique ou le bien-être est recommandée	FINANCEMENT Possible en France : FAFCEA ou OPCO EP, sous conditions. Non éligible au CPF
HORAIRES 9 h – 17 h les deux jours, repas du midi compris	ACCESSIBILITÉ Sur demande : Référente handicap : Mélanie Garau, contact@oraformation.fr , 07 87 18 97 49	ÉVALUATION Continue : Observation pendant la pratique, évaluation pratique finale
EFFECTIF 4 stagiaires au maximum par session		VALIDATION Attestation de fin de formation. Formation non certifiante

Public visé

- Esthéticiennes
- Gérantes d'instituts de beauté
- Praticiennes bien-être
- Professionnelles de l'esthétique souhaitant enrichir leur carte de soins et de rituels

Prérequis

- Maîtriser les bases de l'accueil clientèle, de l'installation d'une cliente et des protocoles esthétiques
- Une expérience professionnelle dans le secteur de l'esthétique ou du bien-être est recommandée

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- 01 Identifier les caractéristiques du head spa sensoriel de la Méthode ORA et ses composantes sensorielles
 - 02 Situer la pratique dans le champ de compétences de l'esthétique et du bien-être
 - 03 Préparer un espace de pratique conforme aux exigences d'hygiène, de sécurité, de confort et de confidentialité
 - 04 Mettre en place une ambiance sensorielle cohérente avec le positionnement premium des rituels
 - 05 Réaliser une séquence de relaxation crânienne adaptée à une prestation esthétique, dont le modelage crânien signature de la Méthode ORA
 - 06 Enchaîner les différentes séquences dans un protocole fluide, chronométré et reproductible
 - 07 Réaliser les 3 rituels head spa enseignés pendant la formation
 - 08 Adapter l'intensité, le rythme, l'installation et la communication aux besoins de confort exprimés par la cliente
 - 09 Présenter, valoriser et commercialiser les rituels dans le respect du positionnement de l'institut
-

Compétences professionnelles développées

- Organiser et sécuriser l'environnement de travail
 - Accueillir, informer et installer la cliente dans une démarche de bien-être
 - Conduire une expérience sensorielle cohérente, de l'accueil à la fin du rituel
 - Mettre en œuvre des techniques de relaxation manuelle et de modelage esthétique
 - Respecter les règles d'hygiène, de confort, de pudeur et de confidentialité
 - Observer les réactions de confort de la cliente et ajuster la pratique, sans visée thérapeutique
 - Réaliser un protocole complet dans le temps prévu
 - Décrire les bénéfices de confort et de détente du rituel, sans allégation médicale
 - Proposer et valoriser une prestation premium dans une carte de soins
-

Déroulé détaillé

JOUR 1 · EN PRÉSENTIEL À BOULAY-MOSELLE

Fondamentaux, cadre professionnel et relaxation crânienne

9H00 – 9H30

Accueil et positionnement

- Présentation des participantes et recueil des attentes
 - Rappel des objectifs, émargement et cadre de la formation
-

9H30 – 10H15

Le head spa sensoriel et la Méthode ORA

- Origines et inspirations esthétiques du head spa
 - La notion d'expérience sensorielle
 - Le parcours client premium et la cohérence de l'offre
-

10H15 – 11H00

Cadre professionnel

- Champ de compétences de l'esthétique et du bien-être, limites de la pratique
- Communication professionnelle, confort et consentement
- Contre-indications relevant de la prudence professionnelle

11H00 – 12H00	Hygiène, sécurité et installation • Hygiène des mains et du poste, préparation du linge et du matériel • Installation ergonomique et confort de la cliente • Gestion des produits et prévention des risques
12H00 – 13H00	Pause déjeuner
13H00 – 13H45	Ambiance sensorielle • Création de l'atmosphère : lumière, musique, senteurs, température • Rythme de l'accueil, mise en scène sobre et cohérente
13H45 – 14H45	Démonstration : la relaxation crânienne et le modelage crânien signature • Installation et prise de contact • Gestes enveloppants et pressions de confort • Rythme, respiration guidée et transitions
14H45 – 16H30	Mise en pratique encadrée • Travail en binôme et répétition des séquences • Observation par la formatrice • Corrections individualisées : posture, fluidité, rythme et communication
16H30 – 17H00	Bilan intermédiaire • Retours d'expérience, questions et autoévaluation • Points à retravailler et consignes pour le jour 2

JOUR 2 · EN PRÉSENTIEL À BOULAY-MOSELLE

Les 3 rituels, rituel complet et évaluation

9H00 – 9H30	Réactivation des acquis • Retour sur le jour 1, questions et réponses • Rappel des règles d'hygiène et démonstration rapide des séquences clés
9H30 – 11H45	Les 3 rituels head spa de la Méthode ORA • Démonstration de chaque rituel par la formatrice • Pratique en binôme, rituel par rituel • Gestes, rythme, confort et transitions
11H45 – 12H00	Questions et corrections • Corrections collectives, rappels de sécurité et ajustements techniques
12H00 – 13H00	Pause déjeuner
13H00 – 14H30	Construction du rituel complet • Assemblage des séquences : accueil, ambiance sensorielle, modelage crânien signature, rituel head spa • Retour au calme et conseils de fin de prestation

14H30 – 15H30	Mise en situation professionnelle • Le protocole en conditions proches de l'institut • Gestion du temps, communication, confort, posture et qualité de l'expérience client
15H30 – 16H30	Évaluation pratique individuelle • Une séquence imposée, puis un enchaînement partiel ou complet selon le temps disponible • Grille critériée et retour de la formatrice
16H30 – 17H00	Bilan, plan d'action et clôture • Correction finale et évaluation de satisfaction • Remise des documents de fin de formation • Vos axes de mise en œuvre en institut

Méthodes pédagogiques

- Exposé participatif et apports théoriques contextualisés
- Démonstrations détaillées par la formatrice
- Apprentissage par imitation, répétition et progression par séquences
- Pratique en binôme, en alternant les rôles de praticienne et de modèle
- Corrections individualisées et retours immédiats
- Mises en situation professionnelles proches des conditions d'un institut
- Analyse de situations et échanges d'expériences entre participantes
- Autoévaluation et plan d'action pour la mise en œuvre en institut

Moyens pédagogiques

- Support de formation remis à chaque participante
- Fiche protocole détaillée
- Grilles d'observation et d'évaluation pratique
- Fiches de suivi des acquis et d'autoévaluation
- Démonstrations commentées et consignes verbales
- Ressources visuelles et schémas de séquençage
- Kits accessoires, marketing et communication offerts

Moyens techniques et matériels

- Salle de formation adaptée à la pratique esthétique, propre, ventilée et bien éclairée
- Tables ou fauteuils de soin adaptés à la pratique
- Linge professionnel : draps, serviettes, bandeaux et protections
- Produits et accessoires de mise en ambiance sensorielle
- Produits cosmétiques adaptés aux modelages esthétiques
- Matériel d'hygiène : solution hydroalcoolique, savon, consommables et sacs adaptés
- Ambiance sonore et éléments de confort pour une expérience sensorielle maîtrisée
- Feuilles d'émargement, grilles d'évaluation et documents administratifs

Modalités d'évaluation

- Évaluation diagnostique en début de formation : expériences, attentes et niveau de pratique
- Évaluations formatives tout au long des démonstrations et des exercices
- Observation directe de la posture, de l'hygiène, de la gestuelle, du rythme et de la communication
- Questions orales sur le cadre professionnel, l'organisation du rituel et les règles de confort

- Évaluation pratique finale individuelle, à partir d'une grille critériée
- Bilan individuel : acquis et axes de progression

L'évaluation pratique finale

Chaque participante réalise seule une séquence du rituel, puis un enchaînement professionnel qui comprend, selon le temps imparti :

- La préparation et l'hygiène du poste
- L'accueil, l'information et l'installation de la cliente
- La mise en place de l'ambiance sensorielle
- Une relaxation crânienne de bien-être
- Un des 3 rituels head spa de la Méthode ORA
- Les transitions, le rythme, le confort et la communication pendant la prestation
- La clôture de la prestation et la présentation professionnelle du rituel

Critères observés

- Respect des règles d'hygiène, de sécurité et de confort
- Organisation et préparation du poste
- Maîtrise des gestes et de la posture professionnelle
- Fluidité et cohérence de l'enchaînement
- Adaptation au confort exprimé par la cliente
- Qualité de la communication et de la présence professionnelle
- Respect du champ de compétences de l'esthétique et du bien-être

Suivi de l'exécution

- Convention ou contrat de formation signé avant le démarrage
- Feuille d'émargement signée à chaque demi-journée
- Suivi des présences, retards et absences selon le règlement intérieur
- Traçabilité des exercices pratiques et de l'évaluation finale
- Attestation de fin de formation précisant l'intitulé, la durée et la participation
- Conservation des éléments de preuve selon les procédures de l'organisme de formation

Encadrement

Formatrice : Mélanie Garau, 20 ans d'expérience dans le bien-être, fondatrice de la Maison de Beauté l'Eden à Boulay-Moselle depuis 2018.

La formation est encadrée par une formatrice qui a une expérience professionnelle de l'esthétique, des techniques de bien-être et de la transmission. Elle réalise les démonstrations, supervise la pratique en continu, corrige chaque participante individuellement et l'accompagne pour transposer les rituels aux conditions réelles de son institut.

Responsable pédagogique et référente handicap : Mélanie Garau, contact@oraformation.fr, 07 87 18 97 49.

Attestation de fin de formation

Une attestation de fin de formation est remise à chaque participante. Elle mentionne son identité, l'intitulé de la formation, sa durée de 14 heures, la modalité en présentiel, les dates de réalisation et les compétences travaillées. Elle est remise à condition d'avoir effectivement suivi la formation et réalisé l'évaluation pratique finale.

Indicateurs de résultats

100 % de satisfaction, sur les 4 premières stagiaires formées à la Méthode ORA (chiffres au 8 octobre 2026).

Indicateurs suivis :

- Taux de présence et d'assiduité
- Taux de réalisation de l'évaluation pratique finale
- Taux de validation des critères de la grille pratique
- Progression entre le positionnement initial et l'évaluation finale
- Taux de satisfaction des participantes

- Capacité déclarée à intégrer les rituels dans l'offre de l'institut
 - Nombre de participantes ayant formalisé un plan d'action de mise en œuvre
-

Ce qui est inclus dans le tarif

- Le kit accessoires
 - Le kit marketing
 - Le kit communication
 - Le repas du midi, les deux jours
-

Accessibilité et handicap

Vous êtes en situation de handicap, ou vous avez un besoin particulier ? Parlons-en avant votre inscription : nous étudions ensemble les aménagements possibles.

Référente handicap : Mélanie Garau, contact@oraformation.fr, 07 87 18 97 49.

Contact : 07 87 18 97 49 · contact@oraformation.fr. Politique d'accessibilité : www.oraformation.fr/accessibilite-handicap.

Tarif et financement

2 000 € TTC. Kits accessoires, marketing et communication inclus, repas compris.

Financement possible en france : FAFCEA ou OPCO EP, sous conditions. Non éligible au CPF.

Inscription après un appel découverte avec Mélanie Garau : www.oraformation.fr/rendez-vous, 07 87 18 97 49 ou contact@oraformation.fr.

Cadre de la formation

Une formation de perfectionnement professionnel dans le champ de l'esthétique et du bien-être. Elle ne constitue pas une formation médicale, paramédicale ou thérapeutique, et ne vise pas l'exercice de la coiffure : les techniques sont enseignées dans une finalité de confort, de détente et d'expérience sensorielle.



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **actions de formation**. Certificat F3788-1-I délivré par PRONÉO Certification, valable du 1er juillet 2026 au 30 juin 2029.

Centre de formation ORA · Programme mis à jour le 1er octobre 2026 · Détail et prochaines sessions : www.oraformation.fr/formation-head-spa