

# LEMAITRE NADIA

17 avenue des tilleuls  
09100 Villeneuve du Paréage

nadia.lelotusbleu@hotmail.fr  
06.75.80.30.06

## Fiche formateur

LEMAITRE NADIA,  
Experte en  
Massages bien-être holistiques  
et Massages thérapeutiques Ayurvédiques

1989-1990 **CAP Esthéticienne-Cosméticienne**  
Ecole supérieure privée d'esthétique Claude Camaly (Pau)

Tout au long de sa formation, Nadia a été initiée aux massages bien-être, a appris les techniques de relaxation, à accueillir et prendre en charge les clients.

Mai 1997 **Création Salon de beauté**

A la suite de quelques années de pratique en tant qu'employée au sein de plusieurs Instituts de beauté, Nadia crée son salon d'Esthétique et bien-être où elle propose tous les soins esthétiques et les massages bien-être.

Dans un souci de constante évolution, de performance, elle se forme à de nouvelles techniques de massages afin de satisfaire au mieux les attentes et les besoins de ses client(e)s.

Motivée et disponible, Nadia a su partager ses connaissances et son savoir auprès de ses différentes apprenties et employées. Pédagogue, passionnée, elle a su leur transmettre les techniques de massages et la passion du métier.

Pendant plusieurs années, elle donne des formations massages à des personnes voulant s'initier aux massages bien-être pour leur évolution personnelle.

1997 à 2003 **Formations massages du monde**

Californien, Pierres chaudes, Thibet, Molo, Bambou, Oriental, Tampon de siam, Chocolat, Relaxant

A l'issue de ces formations, Nadia va développer son analyse des problématiques et des besoins de ses client(e)s, les techniques de relaxation et des protocoles du bien-être adaptés, l'écoute et l'interprétation des ressentis de ses client(e)s. Elle apprend à gérer ses postures et sa respiration, à maîtriser les gestes techniques.

2004-2005 **Formation massage énergétique**

Nadia a souhaité apporter une nouvelle dimension aux massages dans le but d'une meilleure harmonisation du corps et de l'esprit, lui permettant une approche de l'être dans sa globalité : physique, sensorielle, émotionnelle mentale et spirituelle.

Cette formation a été une vraie révélation sur le plan personnel. Elle lui a permis de comprendre les énergies, d'utiliser son magnétisme au travers des massages, d'approfondir sa qualité de présence. Elle a pu proposer des massages holistiques.

2009-2010 **Formation thérapeute en massages Ayurvédiques  
Ecole TAPOVAN**

Abhyanga - Pieds au bol Kansu - Mandala du ventre - Dos - Massage aux 7 postures - Pagatchampi - Chirotdahra - Shirotchampi - Udvartana - Pitchouli - La Grande Croix

La soif d'apprendre pousse Nadia à chercher encore et toujours à acquérir de nouvelles compétences. Elle se tourne vers la médecine Indienne pour une approche plus poussée du bien-être avec les massages Ayurvédiques.

Plus qu'une formation, c'est une philosophie de vie, un cheminement personnel vers plus de plénitude et d'épanouissement de soi. C'est aussi une forme de communication et un état de l'être.

Cette formation a permis à Nadia de renforcer ses compétences : l'autonomie, l'écoute, le sens de l'organisation, la rigueur, la persévérance, le sens de la communication.

2012 **Formation Massage sonore au bol chantant Tibétain**

Avant gardiste et en quête d'évolution permanente, Nadia veut apporter aux client(e)s une nouveauté en lien avec les soins énergétiques. Basé sur les sons et les vibrations des bols chantants, le massage sonore apporte un lâcher-prise physique, mental et un rééquilibrage global du corps.

Nadia a expérimenté et acquis la capacité de déconnexion avec le monde extérieur pour une meilleure connexion avec l'autre.

Depuis 2017 **Perfectionnements et masterclass en dermo pigmentation**  
maquillage et réparatrice (aréoles mammaires - cicatrices)

Sur le plan créatif, Nadia a repris son apprentissage en maquillage permanent qu'elle avait commencé en 2000. Elle a voulu se perfectionner et apprendre toutes les nouvelles techniques proposées par les meilleurs formateurs de renommée internationale. Animée par la volonté d'être toujours à la hauteur de ses exigences afin de satisfaire au mieux ces clientes, Nadia ne cesse de se former un peu partout en France.

Elle devient Experte en Maquillage permanent, Pigmentation Correctrice, Colorimétrie, Hygiène et Salubrité.

### **Compétences :**

- pédagogue
- sens de l'écoute
- capacité de se remettre en question
- passionnée
- sens de la transmission des savoirs
- sens de la communication
- Autonomie
- patience
- curiosité
- sens de l'organisation
- Capacité d'analyse
- Capacité d'adaptation
- Gestion du stress
- Adaptabilité
- Qualités relationnelles
- Discrétion