



BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n°93.06.08454.06**
Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Acupression du Visage

Date de mise à jour document : le 01/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

L'acupression du visage est une **technique douce et précise fondée sur les points d'acupression du visage**. De nombreux méridiens d'énergie traversent le visage et le crâne, reliant chaque point à l'ensemble du corps. Cette approche associe la stimulation des méridiens du visage à la marmathérapie, technique ayurvédique issue de la médecine traditionnelle indienne qui stimule des points vitaux précis, pour proposer un toucher ciblé, basé sur des **pressions fixes et progressives, maintenues sur chaque point pendant plusieurs secondes**.

Le protocole agit principalement sur :

- la stimulation de la circulation et de l'éclat du teint
- le relâchement des tensions musculaires du visage (mâchoire, front)
- l'effet liftant et raffermissant des traits du visage

Ce protocole d'une heure environ associe précision énergétique et geste esthétique pour un effet liftant visible dès la première séance.

Ce massage s'inscrit exclusivement dans une démarche de **bien-être et de relaxation**, sans visée thérapeutique, médicale ou rééducative.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques de l'acupression du visage
- Localiser les principaux méridiens et points d'acupression du visage
- Comprendre les principes de la marmathérapie et les points marma du visage
- Adapter la pression et le rythme selon les zones et la sensibilité du visage
- Construire et réaliser un protocole liftant complet, structuré et sécurisé
- Connaître les indications et contre-indications de l'acupression du visage

Public

Tout public

Tarif

310 €

Durée

8 heures
soit 1 journée de
formation

Lieu

11 ch. de la Destourbe
06800 Cagnes-sur-Mer





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

La formation est dispensée en présentiel et repose sur une pédagogie progressive, interactive et axée sur la pratique. Elle alterne :

- apports théoriques,
- démonstrations réalisées par la formatrice,
- mises en pratique encadrées,
- échanges et analyses des ressentis.

Chaque participante reçoit un support pédagogique complet comprenant :

- le livret de la formation,
- des outils d'accompagnement pour faciliter la pratique et la révision après la formation.

Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique afin de favoriser l'apprentissage progressif
- Démonstration détaillée des points d'acupression et de marmathérapie du visage : localisation, pressions fixes et progressives
- Exercices pratiques en binôme ou sur modèle tout au long de la formation
- Accompagnement individualisé et corrections personnalisées
- Supports pédagogiques illustrés (photos, schémas et fiches techniques réalisés sur Canva)
- Supports vidéo pour faciliter la compréhension et la mémorisation des gestes
- Travail sur :
 - la posture du praticien,
 - la fluidité des gestes,
 - le rythme,
 - la qualité du toucher
- Sessions limitées à 6 participantes maximum afin de garantir un suivi de qualité
- Temps d'échange, questions/réponses et débriefings réguliers
- Feedback individualisé pour accompagner la progression de chaque participante
- Une attention particulière est portée à la qualité de présence, au confort de pratique et à la professionnalisation des stagiaires.

MOYENS HUMAINS

Une formatrice de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.

Béatrice SICSIK, formatrice en massages bien-être et techniques du visage depuis 19 ans.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice

ACCÈS À LA FORMATION

Retrouver les informations [CONTACT | Béatitude Formation | 06](#)

DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

À planifier avec le formateur, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire.

À compter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Béatrice SICIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOURNÉE DE FORMATION

9h30 – 12h30

Accueil des participantes

- Présentation de la formatrice et des stagiaires
- Recueil des attentes
- Présentation du cadre de la formation

Apports théoriques

- Les méridiens du visage : notions de base et principaux trajets
- La marmathérapie : origine ayurvédique et rôle des points marma
- Indications et contre-indications de l'acupression du visage

Approche exclusivement esthétique et bien-être, non thérapeutique

Pratique – Localisation des points

- Repérage des principaux méridiens et points d'acupression du visage
- Repérage des points marma du visage (front, tempes, pommettes, mâchoire)
- Exercices de perception :
 - ressentir le point sous la pulpe des doigts
 - ajuster l'intensité de la pression
 - maintenir la pression sans glisser sur la peau

Objectif : localiser avec précision les points-clés du protocole liftant

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Apports théoriques

- Le protocole liftant : ordre des zones et enchaînement des points
- Adapter la pression selon les zones (front, contour des yeux, mâchoire)
- Fréquence et rythme d'une cure pour un effet liftant durable

Pratique – Protocole liftant complet

- Préparation de la salle et mise en situation : accueil de la cliente
- Enchaînement des points d'acupression et de marmathérapie, zone par zone
- Travail des zones : front, contour des yeux, pommettes, mâchoire, cou
- Pratique en duo ou sur modèle, protocole complet

Fin de journée :

- Vérification des acquis : évaluation théorique et contrôle pratique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'une attestation de fin de stage





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

SUIVI DE L'ACTION

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Suivi des stagiaires après la formation

ÉVALUATION DE L'ACTION

Avant la formation :

Un questionnaire d'entrée est mis en place pour mettre en place les objectifs ainsi que le niveau de chaque stagiaire.

Après la formation :

- Évaluation portant sur la théorie : Contrôle de connaissances
- Évaluation d'une séance de massage : Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICSIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

Adresse : 11 Chemin de la Destourbe, 06800 CAGNES-SUR-MER

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master Massage

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen.

Par le jury, lors de l'examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massages, examen portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique).

Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'un certificat de réalisation « Pratique de massages bien-être ».

Le modelage proposé vise au bien-être, à la détente et à l'harmonie du corps et de l'esprit. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical.

