



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE LIFTANT GUA SHA

Date de mise à jour document : le 17/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage liftant Gua Sha associe des manœuvres manuelles tonifiantes et drainantes à l'utilisation de Gua Sha et de rouleaux en jade ou quartz afin d'apporter éclat et détente au visage. Cette technique esthétique aide à lisser visuellement les traits, favoriser la détente musculaire et illuminer le teint. Les accessoires en pierres permettent un travail précis et agréable tout en offrant une expérience sensorielle relaxante. Ce soin est particulièrement apprécié pour le contour des yeux, les tensions faciales et la sensation de fraîcheur qu'il procure. Il s'inscrit exclusivement dans une démarche esthétique et bien-être, sans visée thérapeutique ni médicale.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Réaliser un massage visage liftant et éclat avec les techniques Gua Sha
- Maîtriser l'utilisation des Gua Sha et rouleaux en jade ou quartz
- Connaître les propriétés et spécificités des différentes pierres utilisées
- Identifier les indications et contre-indications du soin
- Adapter votre posture et votre gestuelle au confort de la cliente
- Conseiller des techniques complémentaires et des produits cosmétiques adaptés

Public

Esthéticien(ne)s et personnes
en reconversion vers les
métiers de l'esthétique.

Tarif

560 €

Durée

16 heures
soit 2 jours de formation
de 8 heures

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

Titulaire du CAP Esthétique-Cosmétique-Parfumerie ou en reconversion vers ce diplôme.

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 différentes manœuvres et techniques de massage
- 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, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à la FFMBE formatrice spécialisée dans l'anti-âge, minceur et bien-être.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, 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

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Apports théoriques

- Origine et principes du massage liftant Gua Sha
- Les différents Gua Sha et rouleaux :
 - jade,
 - quartz,
 - formes et utilisations
- Les objectifs esthétiques du soin :
 - éclat,
 - détente,
 - tonification du visage
- La peau et le vieillissement cutané (approche esthétique)
- Les indications et contre-indications
- Préparation de l'espace de travail et installation de la cliente

Pratique guidée

- Démonstration des techniques pas à pas
- Travail des différentes zones du visage
- Prise en main des accessoires
- Fluidité et rythme des manœuvres

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Mise en pratique

- Travail en duo ou sur modèle
- Réalisation progressive du protocole complet
- Adaptation des techniques selon les zones du visage
- Travail du contour des yeux et des tensions faciales .

Fin de la 1^{ère} journée :

- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Préparation professionnelle

- Mise en place du poste de travail
- Accueil et installation de la cliente

Pratique guidée

- Révision des techniques apprises
- Travail du rythme et des enchaînements
- Adaptation des accessoires selon les besoins de la cliente
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Contrôle pratique tout au long de la journée
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

SUIVI DE L'ACTION

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Certificat de réalisation de stage remise au stagiaire
- 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 d'évaluation à chaud par le formateur
- Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Facialiste :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé 50 heures de pratique. 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 massage, examen oral 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 « Spécialiste Facialiste ».

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.

