



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

RITUEL AUX POCHONS

Date de mise à jour document : le 28/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage aux pochons d'herbes est une technique ancestrale issue de la tradition thaïlandaise. Il utilise des ballotins de plantes aromatiques chauffés à la vapeur, appliqués sur le visage et le cou à l'aide de pressions douces et de mouvements enveloppants. La chaleur combinée aux bienfaits des plantes favorise la détente musculaire, la stimulation de la circulation, et apporte un éclat naturel à la peau. Ce rituel procure une profonde sensation de bien-être et agit en synergie sur la beauté et la relaxation, pour une expérience à la fois apaisante et revitalisante.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre un rituel complet de massage avec des pochons d'herbes chauffés à la vapeur.
- Comprendre les propriétés et bienfaits des plantes utilisées dans le protocole.
- Adapter la composition des pochons selon les besoins et le type de peau de la cliente.
- Maîtriser les gestes et la gestuelle spécifique de ce rituel pour le visage et le cou.
- Offrir un soin original et sensoriel alliant beauté, détente et efficacité naturelle.

Public

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

Tarif

310€

Durée

8 heures
soit 1 jour de formation
de 8 heures

Lieu

11 che 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

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Les pochons visage
- Son histoire
- Sa spécificité

Son utilité

- Les herbes et confections des pochons
- Démonstration du protocole
 - Pratique :
 - - Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
 - 12h30 – 13h30
 - REPAS

13h30 – 18h30

- Pratique :
- -Pratique en duo ou sur modèle
- -Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Fin de la dernière journée :

-Vérification des acquis : Evaluation théorique, contrôle pratique continue

- -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.

