



## BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

### BEATITUDE FORMATION

#### GOMMAGE & ENVELOPPEMENT MINCEUR

Date de mise à jour document : le 25/11/25



#### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Lors d'un rituel corps, le modelage s'accompagne d'un gommage et d'un enveloppement. Le gommage va permettre d'éliminer les cellules desquamantes, en affinant et lissant le grain de peau et la rendre plus lumineuse. L'enveloppement, lui, va permettre de réhydrater la peau et selon les principes actifs utilisés, l'effet rendu sera différent et il pourra donc convenir pour le raffermissement, le déstockage des graisses.

Ces deux étapes doivent rester un plaisir dans un rituel et donc être effectuées avec grâce et professionnalisme.

#### OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Les différents types de gommage et d'enveloppement
- Les principaux actifs des gommages et des enveloppements
- Les indications et contre-indications
- Les différentes manœuvres (frictions, effleurages)
- Démonstration de la pose du gommage et de l'enveloppement
- Elaborer un protocole dans un temps défini.

##### Public

Tout public

##### Tarif

310 €

##### Durée

8 heures

soit 1 jour 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 SICSIC, gérante et formatrice

### PRÉ-REQUIS

Aucun

### ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

#### Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cour théorique : études, chiffres, données scientifiques
- Exercices pratiques : Études de cas et mises en situation, échanges interactifs et retours d'expériences
- Déroulé pédagogique complet remis à chaque participante et fiches outils

#### Moyens pédagogiques :

- Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à canva,
- Vidéo
- 6 stagiaires maximum par session
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des différentes manœuvres, effleurage, lissages et pressions glissées
- Démonstration sur les postures durant le modelage
- Session de questions et débriefing
- Feedback

### MOYENS HUMAINS

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

Béatrice SICSIC, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à la FFBME, formatrice spécialisée dans l'anti-âge, minceur et bien être avec une approche psychocorporelle.

### 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 SICSIC, gérante et formatrice

### CONTENU DE LA FORMATION

#### JOUR 1

##### **9h30 – 12h30**

Accueil, tour de table, présentation

##### Théorie :

- Le Gommage
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

##### Pratique : Pratique en duo ou en binôme pas à pas

- Présentation des différents gommages avec les diverses étapes et illustrations
- Démonstration de la technique étape par étape, les jambes, le ventre et le bras, puis les jambes arrière et le dos.

##### **12h30 – 13h30**

REPAS

##### **13h30 – 18h30**

##### Théorie :

- L'Enveloppement
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

##### Pratique : Pratique en duo ou en binôme pas à pas

- Démonstration des différents enveloppements avec les diverses étapes et illustrations
- Démonstration de l'application des enveloppements étape par étape.

##### Fin de la 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 SICSIC, 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 et à froid par le formateur
- 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 diplômantes Spécialiste Minceur :

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'une certification « spécialiste minceur ».

**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.**

