



BEATITUDE FORMATION

CATALOGUE DES FORMATIONS 2026

Massages Facialiste, Minceur , Bien-Être
& Psychocorporels · Coursus Ménopause ·
Formations développement d'Entreprise

Centre de formation certifié QUALIOPi · Organisme n° 93.06.08454.06. 11 Chemin
de la Destourbe, 06800 Cagnes-sur-Mer · 06 12 38 26 33 · beatitude-formation.fr

LE CENTRE DE FORMATION

EN QUELQUES CHIFFRES

16	1050	99%	99,5%	86
Années d'expérience	Élèves formés	De taux de réussite	De taux de satisfaction	Formations

FINANCEMENT

Selon votre secteur d'activité : France Travail — Reconversion — Plan de développement des compétences — Mon Compte Formation : CPF — OPCO — FAF	<i>Béatrice vous accompagne dans la constitution de votre dossier de financement.</i> https://www.beatitude-formation.fr/informations-pratiques-formations

INFORMATIONS PRATIQUES

Lieu	11 Chemin de la Destourbe, 06800 Cagnes-sur-Mer
Effectif	6 stagiaires maximum par session — cours particuliers possibles
Délai d'accès	1 mois maximum à compter de la signature du devis
Handicap	Accessibilité : nous consulter pour toute situation de handicap
Certification	Attestation de réalisation remis à chaque stagiaire
E-learning	Le cours en version e-learning est offert pour toute formation en présentielle

MASSAGES FACIALISTE — ANTI-ÂGE

Spécialisez-vous dans les soins anti-âge du visage. Techniques de pointe, personnalisées aux besoins de chaque client.e. Cours Facialiste complet et Packs thématiques disponibles — tarifs sur devis.

Formation	Durée	Tarif
Les Bases du Massage Anti-Âge	10 modules	790 €
Cursus Facialiste	13 jours	3 790 €
Drainage Lymphatique Visage	1 jour	310 €
Stretching Facial	2 jours	560 €
Kobido Niv. I — Soin liftant japonais	2 jours	560 €
Kobido Niv. II — Soin liftant japonais	2 jours	560 €
Liftant Gua Sha de jade & rouleaux	2 jours	560 €
Madobaya — outils de bois visage	2 jours	560 €
Apprendre à vendre ses Cures Anti-Âge	1 jour	310 €
Cursus Experte Facialiste	22 jours	6 850 €
Devenir Spécialiste de la Peau	4 jours	1 400 €
Masterclass Kobido — perfectionnement	2 jours	560 €
Massage Intrabuccal	1 jour	310 €
Réflexologie Faciale — Dien Chan	2-3 jours	840 €
Contour des Yeux Liftant-Drainant	1 jour	310 €
Yoga du Visage	2 jours	560 €
Cours d'Auto-Massage Visage	1 jour	310 €
Face Taping	1 jour	310 €
Experte Cou, Trapèze & Décolleté	1 jour	310 €
Cupping Face — Ventouses visage	1 jour	310 €
Bambou Liftant Visage	1 jour	310 €
Massage Visage Énergétique	1 jour	310 €
Liftant Thaïlandais Visage	1 jour	310 €

RITUELS VISAGE

Formation	Durée	Tarif
Rituel Visage Balinais (réservé esthéticiennes)	1 jour	310 €
Rituel Visage Hawaïen (réservé esthéticiennes)	1 jour	310 €
Rituel Visage aux Pochons (réservé esthéticiennes)	1 jour	310 €

MASSAGES MINCEUR

Du drainage à la madérothérapie, maîtrisez toutes les techniques minceur pour une prise en charge globale et efficace. Packs Minceur thématiques disponibles — tarifs sur devis.

Formation	Durée	Tarif
Les Bases du Massage Minceur	10 modules	490 €
Cursus Spécialiste Minceur	15 jours	4 555 €
Drainage Lymphatique Vodder	2 jours	560 €
Drainage Lymphatique Brésilien	2 jours	560 €
Brésilien Sculptant	1 jour	310 €
Palper-Rouler	1 jour	310 €
Massage Jambes Lourdes	1 jour	310 €
Massage Ventre Remodelant	1 jour	310 €
Tuina Minceur	2 jours	560 €
Ventouses Minceur	1 jour	310 €
Madérothérapie Corps	2 jours	560 €
Bambous Minceur	2 jours	480 €
Lipocavitation & Radiofréquence	1 jour	310 €
Gommages & Enveloppements Minceur	1 jour	310 €
Apprendre à vendre ses Cures Minceur	1 jour	310 €
Adapter ses Soins Minceur à la Ménopause	2 jours	550 €
Diététique et Ménopause	2 jours	560 €

MASSAGES BIEN-ÊTRE

Formations relaxantes, ancestrales et sportives — certifiantes et reconnues. Certaines disponibles le week-end et en ligne.

Formation	Durée	Tarif
Master Massage — Certification FFMBE	Plusieurs jours	Sur devis
Massage Californien	2 jours	560 €
Massage aux Pierres Chaudes	2 jours	560 €
Massage Pré-Natal	2 jours	660 €
Massage Post-Natal	2 jours	660 €
Massage des Fascias	2 jours	560 €
Lomi-Lomi Hawaïen	2 jours	560 €
Massage Balinais	2 jours	560 €
Shiatsu Bien-Être	2 jours	560 €
Deep Tissue	2 jours	560 €
Massage Suédois	2 jours	560 €

MASSAGES PSYCHOCORPORELS

Une approche holistique unissant le corps et l'esprit. Réflexologie, énergétique, accompagnement global.

Formation	Durée	Tarif
Les Bases du Psychocorporel	9 jours	2 520 €
Initiation au Shiatsu	2 jours	560 €
Posturo-Massage Module 1	2 jours	560 €
Massage Ayurvédique	4 jours	1 120 €
Massage du Ventre Taoïste (Chi Nei Tsang)	6 jours	1 680 €
Massage Viscéral Énergétique	1 jour	310 €
Massage et Tarot	2 jours	560 €
Massage Arc-en-Ciel	2 jours	560 €
Réflexologie Plantaire	2 jours	560 €
Réflexologie Palmaire	2 jours	560 €
Réflexologie Plantaire Thaï	2 jours	560 €
Réflexologie Dorsale	2 jours	560 €
Shiatsu Crânien	2 jours	560 €
Micro-Massage Crânien	1 jour	310 €
Massage Neuro-Énergétique	2 jours	560 €
Massage aux Diapasons Corps	1 jour	390 €
Massage aux Diapasons Visage	1 jour	390 €
Massage aux Bols Tibétains	1 jour	390 €
Cursus Reiki	8 jours	2 240 €
Stage Guérisseur Divin	3 jours	840 €
Lahochi	6 jours	560 €
Cursus Magnétisme	10 jours	2 750 €

COURSUS MÉNOPAUSE

Parcours complet en 4 modules pour accompagner les femmes en transition hormonale. Examen de validation organisé 6 mois après le dernier module — Certificat Coursus Ménopause Béatitude Formation.

Module 1	Les Bases de la Ménopause	560 €
<i>2 jours / 16h</i>	Hormonologie, impacts physiologiques, psychologiques et esthétiques, protocoles cabine, conseils nutrition.	
Module 2	Prise en Charge de la Femme Ménopausée	560 €
<i>2 jours / 16h</i>	Minceur & silhouette, techniques manuelles et technologiques, drainage, madérothérapie, protocoles combinés.	
Module 3	Diététique et Ménopause	560 €
<i>2 jours / 16h</i>	Macronutriments, micronutriments, inflammation, glycémie, microbiote, compléments alimentaires, posture professionnelle.	
Module 4	Adapter son Bilan à la Ménopause	840 €
<i>3 jours / 24h</i>	Bilan corps/visage/émotions, conseil global, simulation entretien cliente, pratique en binôme.	
COURSUS COMPLET	8 jours — 64 heures	2 520 €

DÉVELOPPEMENT D'ENTREPRISE

Formations dédiées aux professionnels du bien-être souhaitant développer leur activité et fidéliser leur clientèle.

Formation	Durée	Tarif
Optimisation SEO de sa fiche Google	4 jours	960 €
Vendre mieux sans forcer	3 jours	825 €
Apprendre à piloter son entreprise	3 jours	825 €

FORMATIONS EN LIGNE

Formation	Durée	Tarif
Les Bases du Massage Minceur	E-learning	Offert*
Module Facialiste — Bases Anti-Âge	E-learning	Offert*
Bases de la Ménopause (théorie)	E-learning	Offert*
Massages Bien-Être	E-learning	À consulter
Massages Facialiste	E-learning	À consulter
Massages Minceur	E-learning	À consulter
Massages Psychocorporels	E-learning	À consulter

* Le cours en version e-learning est offert pour toute formation en présentielle

CONTACT & RÉSERVATION

Adresse	11 Chemin de la Destourbe, 06800 Cagnes-sur-Mer
Téléphone	06 12 38 26 33
Email	bea.gcf@gmail.com
Site web	www.beatitude-formation.fr
Réseaux	@beatitudeformation (Facebook & Instagram)
Réservation	beatitude-formation.fr/reserver-une-formation

Réservez votre prochaine formation sur beatitude-formation.fr

Paiement en 3 à 8 fois sans frais · Devis individuel sur demande

BEATITUDE FORMATION · SIRET 523 148 245 00039 · Organisme de formation n° 93.06.08454.06 Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

PROGRAMMES FORMATIONS

Massages Facialiste

CURSUS

Devenir Facialiste



BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

CURSUS FACIALISTE

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



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le cursus Facialiste forme des expertes capables de sublimer chaque visage grâce à un diagnostic précis et une prise en charge totalement personnalisée.

Au-delà de la maîtrise technique, cette formation apprend à adapter chaque geste et chaque protocole aux besoins uniques de la peau : qu'il s'agisse de peaux atones, de visages marqués par les tensions musculaires, ou d'autres problématiques spécifiques.

Les participantes acquièrent des bases solides à la fois théoriques et pratiques qui leur permettront, par la suite, de créer des soins sur mesure pour chaque cliente.

Ce métier exige autant de dextérité manuelle que de sensibilité, en accord avec les valeurs d'exigence, de bienveillance et d'excellence de Béatitude Formation.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser la gestuelle et le protocole de chaque massage signature Béatitude Formation : Massage liftant Gua Sha et rouleaux, Massage liftant japonais Kobido, Stretching visage, drainage lymphatique du visage, Madobaya visage et devenir une pro de la cure visage
- Vous apprenez la prise en charge de la clientèle

Public

Tout public

Tarif

3 790 €

Durée

120 heures
soit 15 jours de formation
de 8 heures en présentiel
et 16h en e-learning

Lieu

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





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

PRÉ-REQUIS

Aucun

ADMISSION

Renvoyer le bulletin d'inscription, la convention de formation et le règlement intérieur, complétés et signés.
Un acompte de 1 500,00 € est demandé

- Coût total de la formation 3 790,00 €, possibilité de payer en dix fois.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

1/ Modalités et méthodologie : 10 modules

- Formation en présentiel
- Cours théoriques
- Exercices pratiques
- Déroulé pédagogique

2/ Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à Word et à Power point, vidéo
- Matériel fourni
- 6 stagiaires maximum par session avec travail en binôme
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des manœuvres petit à petit
- Débriefing, Questions/Réponses
- Feedback

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 avec une approche psychocorporelle.

DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

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

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

SUIVI DE L'ACTION

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Certificat de réalisation de stage remis au stagiaire
- Suivi des stagiaires après la formation





ÉVALUATION DE L'ACTION

Avant chaque module :

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

Après chaque module :

- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

Première partie

A travers ce module vous allez acquérir des gestes pour l'ensemble des massages signature de Béatitude Formation appris durant votre cursus.

Toutes ces techniques (Gua Sha et Rouleau de Quartz rose, Madobaya, soin liftant japonais « kobido », stretching sont donc révisées pour parfaire votre geste et obtenir une fluidité d'exécution de massage.

Une étape indispensable pour s'assurer du résultat du massage sur le client.

Et deux modules théorie :

- Les bases du massage anti-âge en e-learning
- Experte cure visage anti-âge en e-learning ou en présentiel

Ce cursus se compose d'un ensemble de **8 formations** dont vous trouverez leur programme détaillé ci-après.

- ✓ Les bases du massage anti-âge
- ✓ Le drainage lymphatique du visage
- ✓ Stretching facial : 2 jours
- ✓ Massage liftant japonais Ko bi do – Module 1 : 2 jours
- ✓ Massage liftant japonais Ko bi do – Module 2 : 2 jours
- ✓ Massage liftant Gua Sha et rouleaux de jade et quartz : 2 jours
- ✓ Madobaya visage : 2 jours
- ✓ Expert Cures visage 2 jours





CONTENU DE LA FORMATION

LES BASES DU MASSAGE ANTI-ÂGE

Présentés de manière ludique en forme e- Learning, apprenez les bases indispensables pour commencer votre cursus

Public : Tout public

Pré-requis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 16h de formation

Tarif : 490 €HT

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

Objectifs de formation :

- Apprendre les muscles et savoir comment le travailler.
- Apprendre La peau
- Apprendre Le vieillissement de la peau

DRAINAGE LYMPHATIQUE VISAGE

PRESENTATION GENERALE

Cette technique permet de libérer les tissus des déchets et d'être réceptif à la stimulation sanguine à venir. Le drainage lymphatique esthétique du visage, en plus de l'éclat du teint, apporte relaxation et lâcher-prise au client par son rythme doux et lent. Il propose un véritable soin préparateur des programmes anti-âge.

OBJECTIFS

- Savoir réaliser un drainage lymphatique du visage et du cou sur une personne
- Faire un bilan des besoins du client (œdème, acné, anti-âge...) et adapter le protocole en fonction
- Le système cardio-vasculaire, le système sanguin et le système lymphatique
- Les bienfaits sur le stress
- Les circuits de drainage
- Les effets sur l'acné et l'éclat
- Protocole drainant du visage
- Étude des différents cas sur les modèles

Public : Tout public

Prérequis : être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Nombre de participants : 6 stagiaires pour une formatrice

Durée : 1 jours de 8h de formation par jour, soit 18h de formation

Tarif : 300 €HT soit 1 jour de formation

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

LE STRETCHING FACIAL

Le stretching facial permet d'atténuer les rides et de corriger le relâchement.

Remis en tension, il aide à redessiner le contour des lèvres, à repulper les joues, à dynamiser le regard et à raffermir le cou. Il est fait pour les contractions importantes de muscles du visage

Public : Tout public

Pré-requis : Être inscrit à la formation les bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : 6 stagiaires pour une formatrice

Durée : 2 jours de 8h de formation par jour, soit 16h de formation

Tarif : 275 €HT par journée de formation, soit 550 €HT pour 2 jours avec les accessoires fournis

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

Objectifs de formation :

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique de l'étirement musculaire du visage
- Maîtriser les indications et contre-indications de l'étirement musculaire du visage
- Élaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Contenu de la formation :

Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques

- Son histoire, sa spécificité, son utilité
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Échanges et discussions

Jour 2 : pratiques

- Pratique en duo ou sur modèle ; Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Vérification des acquis
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires



**MASSAGE LIFTANT JAPONAIS KOBIDO**
MODULE 1 ET 2

Le "Ko Bi Do" se traduit du japonais par "voie traditionnelle de la beauté". Issu de l'Amma, la plus ancienne forme de massage en Chine. Ce massage vise à combattre le vieillissement du visage, en diminuant les effets du stress sur les rides d'expression et en luttant contre le relâchement cutané. La peau est stimulée grâce à des mouvements de pétrissages des muscles.

Public : Tout public

Pré-requis : être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : 6 stagiaires pour une formatrice

Durée : 2 modules de 2 jours de 8h de formation par jour, soit 32h de formation

Tarif : 275 €HT par journée de formation, soit 1100 €HT pour 4 jours

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

Objectifs de formation :

- Maîtriser les bases et techniques du modelage Liftant Japonais du visage
- Élaborer un protocole dans un temps défini

Contenu de la formation :

Module 1

Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques

- Accueil des stagiaires
- L'origine du Kobi-do, son histoire, sa spécificité et son utilité.
- Pratique les gestes fondamentaux
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Travail de la zone menton, nez et front.
- Échanges et discussions.

Jour 2 : pratiques

- Pratique du travail de l'ovale du visage, manœuvre de base
- Pratique en duo sur modèle ; déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.
- Pratique et révision des protocoles
- Vérification des acquis
- Échanges et discussions.

Module 2

Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques

- Pratique Protocole du cou et du décolleté
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Protocole de modelage sur la bouche
- Échanges et discussions





BEATITUDE FORMATION

Jour 2 : pratiques

- Pratique des gestes fondamentaux, manœuvres des contours des yeux et des pommettes
- Pratique en duo ou sur modèle ; Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique et révision des protocoles
- Vérification des acquis
- Évaluation finale et bilan de la formation

MASSAGE LIFTANT GUA SHA ET ROULEAUX DE PIERRES

Ce massage liftant du visage combine une phase dynamique de manœuvres tonifiantes avec une phase de drainage pour détoxifier et illuminer.

Public : Tout public

Pré-requis : être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : 6 stagiaires pour une formatrice

Durée : 2 jours de 8h de formation par jour, soit 16h de formation

Tarif : 275 €HT par journée de formation, soit 550 €HT pour 2 jours avec les accessoires fournis

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

Objectifs de formation :

- Apprendre la technique qui est un modelage du visage qui allie plusieurs techniques pour permettre de tonifier les muscles du visage.
- Apprendre le rituel qui s'inspire des techniques occidentales et orientales ancestrales
- Maîtriser plusieurs techniques : des effleurages, des pétrissages, des lissages
- Elaborer un protocole dans un temps défini

Contenu de la formation :

Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques

Présentation

Théorie :

- Le liftant GUA SHA et ROULEAUX DE PIERRES
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Échanges :

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

Jour 2 : pratiques

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Vérification des acquis

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

MODELAGE MADOBAYA VISAGE

La Madobaya visage permet de sculpter en visage grâce à un certain savoir-faire à l'aide de divers instruments en bois.

La Madobaya visage est une technique qui permet d'agir sur les tissus sans endommager la peau. Elle aide à redéfinir les contours du visage, à tonifier la peau

Public : Tout public

Pré-requis : être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : 6 stagiaires pour une formatrice

Durée : 2 jours de 8h de formation par jour, soit 16h de formation

Tarif : 275 €HT par journée de formation, soit 550 €HT pour 2 jours avec les accessoires fournis

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

Objectifs de formation :

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique de la Madobaya visage
- Maîtriser les indications et contre-indications de la Madobaya visage
- Élaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Contenu de la formation :

Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques

- La Madobaya visage : son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les indications et contre-indications de la Madobaya visage
- Les muscles, comment les travailler, avec quelles manœuvres
- Les graisses cutanées
- Révision de la peau
- Démonstration de la première partie du soin de contact
- Pratique en duo ou sur modèle
- Révision des muscles et du début du protocole
- Échanges discussions

Jour 2 : révisions théoriques et pratiques

- Révision de la veille en faisant une fiche des diverses manœuvres vues
- Démonstration du travail des joues
- Pratique en duo ou sur modèle
- Démonstration du front
- Vérification des acquis
- Échanges discussions





Deuxième partie

EXPERTE CURE VISAGE

Devenir une pro de la cure visage et mettre en pratique sur sa cliente.

Public : Tout public

Pré-requis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : 6 stagiaires pour une formatrice

Durée : 2 jours de 8h de formation par jour, soit 16h de formation

Tarif : 275€HT par journée de formation, soit 550 €HT pour 2 jours

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.

Objectifs de formation :

- Mettre en place une prise en charge de la cliente et un questionnement adéquat en s'appuyant sur ses connaissances théoriques diagnostic
- Observer le visage et questionner la cliente afin d'être la plus pertinente dans le choix du massage facial à pratiquer
- Proposer sur la base du diagnostic visage

Contenu de la formation :

Jour 1 : savoirs théoriques et compétences pratiques

- Accueil des stagiaires
- Mise en place de la prise en charge et du questionnement clientèle
- Aide à la mise en place d'un argumentaire spécifique et différenciant à chaque technique de massage
- Cas pratique d'un diagnostic et détermination du choix des massages adaptés
- Échanges discussions

Jour 2 : examens théoriques et pratiques

- Expliquer la prise en charge du Facialiste à la cliente et quels sont les buts de la cure
- Avoir les arguments choc pour vendre sa cure
- Mettre en place le planning des cures et les tarifs
- Évaluation des acquis





Troisième partie

L'examen

Votre mémoire sur :

- ✓ Comment prendre en charge la clientèle en tant que Facialiste.
- ✓ Comment identifiez les étapes clés dans la prise en charge, avant le massage et après le massage.
- ✓ Montrez comment construire un argumentaire pour présenter l'approche du facialisme et ses bienfaits.
- ✓ Quels massages faciaux en fonction du diagnostic, faire un questionnaire que vous aurez réalisé et de vos connaissances théoriques sur la peau.
- ✓ Comment expliquer à sa cliente comment prendre en charge une zone de son visage par le biais d'exercice.

Mise en condition avec un modèle choisi et faire une partie pratique de 30 min

Validation du diplôme de facialiste au mois de juin ou décembre sur une date donnée en fin de cursus

Modalités pédagogiques

Méthodologie :

- ✓ Formation en présentiel
- ✓ Cour théorique
- ✓ Exercices pratiques
- ✓ Déroulé pédagogique

Moyens pédagogiques :

- ✓ Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- ✓ Support de cours théorique et pratique, conçu grâce à Word et à power point
- ✓ Vidéo
- ✓ 6 stagiaires maximum par session
- ✓ Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- ✓ Démonstration des différentes manœuvres, effleurage, lissages, 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'État.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

Date et délai d'accès à la formation

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

A 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

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 : 54, Avenue Maréchal Foch – 06140 VENCE

Débouchés 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.



FORMATIONS FACIALISTE

Les indispensables



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DRAINAGE LYMPHATIQUE ESTHETIQUE DU VISAGE

Date de mise à jour document : le 16/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le drainage esthétique du visage est une technique de massage douce et rythmée visant à apporter une sensation de légèreté, de détente et d'éclat au visage. Grâce à des manœuvres lentes et précises, ce soin aide à décongestionner les tissus, favoriser la relaxation et préparer la peau aux soins anti-âge et facialistes. Particulièrement apprécié pour son effet apaisant et illuminateur, il permet d'accompagner les besoins esthétiques du visage tout en procurant un véritable moment de bien-être. Ce soin s'inscrit exclusivement dans une démarche esthétique et bien-être, sans visée thérapeutique ni médicale.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Réaliser un drainage esthétique du visage et du cou
- Identifier les besoins esthétiques de la cliente afin d'adapter le protocole
- Comprendre les bases des systèmes circulatoire et lymphatique dans une approche esthétique
- Maîtriser les circuits et manœuvres spécifiques du drainage visage
- Adapter le rythme, la pression et les techniques selon les besoins du visage
- Connaître les indications et contre-indications du soin
- Réaliser un protocole complet, fluide et relaxant
- Conseiller la cliente sur les routines et l'entretien du visage

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 SICSI, 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 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 SICSI, 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

Accueil, tour de table, présentation

Apports théoriques

Le drainage esthétique du visage

- Origine et principes du drainage visage
- Les objectifs esthétiques du soin :
 - éclat,
 - détente,
 - sensation de légèreté,
 - préparation des soins anti-âge

Connaissances fondamentales

- Bases des systèmes circulatoire et lymphatique (approche esthétique simplifiée)
- Les circuits de drainage du visage et du cou
- Les indications et contre-indications
- Les besoins esthétiques du visage : teint terne, imperfections, fatigue et tensions faciales

Analyse des besoins de la cliente

- Observation du visage
- Adaptation du protocole selon les besoins
- Conseils beauté et hygiène de vie

Démonstration pratique

- Présentation du protocole complet
- Déroulement des différentes étapes
- Travail des zones :
 - visage,
 - contour des yeux,
 - cou,
 - décolleté léger
- Rythme, pression et fluidité des gestes

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Travail en duo ou sur modèle
- Réalisation progressive du protocole complet
- Adaptation des manœuvres selon les besoins du modèle
- Corrections individualisées

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

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

STRETCHING FACIAL

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le stretching facial est une technique innovante et naturelle qui agit en profondeur sur les muscles grâce à des mouvements précis d'étirement et de tonification, il permet d'atténuer les rides, de redessiner les contours du visage et de corriger le relâchement cutané.

En remettant les muscles en tension, cette méthode contribue à :

- Repulper les joues et redonner du volume,
- Redéfinir le contour des lèvres,
- Ouvrir et dynamiser le regard,
- Raffermer le cou et l'ovale du visage.

Véritable gymnastique anti-âge manuelle, le stretching facial réveille les tissus et redonne éclat, tonicité et jeunesse au visage.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser la pratique de la technique de l'étirement musculaire du visage
- Maîtriser les indications et contre-indications de l'étirement musculaire du visage
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme.

Public

Tout public

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 SICSI, 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 techniques de stretching facial : étirements musculaires, attaches musculaires, repulpage de la fibre musculaire
- 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 SICSI, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le stretching facial : L'étirement musculaire du visage
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

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 1^{ère} journée :

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

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

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- 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 remis 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 à chaud et à froid 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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

LIFTANT JAPONAIS « KOBIDO »

PROGRAMME

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Kobido est un massage facial japonais ancestral reconnu pour son action tonifiante, relaxante et anti-âge. Cette technique associe des manœuvres rapides, rythmées et profondes afin de stimuler les muscles du visage, relancer la microcirculation et favoriser l'éclat de la peau. Véritable art du massage facial, le Kobido permet de travailler l'ovale du visage, les rides d'expression, le contour des yeux, le cou et le décolleté dans une approche globale du vieillissement cutané. Cette formation complète et intensive sur 4 jours vous permettra d'acquérir les fondamentaux indispensables du Kobido anti-âge avant d'accéder à une future Masterclass de perfectionnement.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser les gestes fondamentaux du Kobido anti-âge
- Comprendre les spécificités et l'histoire du massage japonais Kobido
- Adopter une posture professionnelle adaptée au massage facial
- Travailler les muscles du visage avec précision et fluidité
- Réaliser un travail ciblé sur : l'ovale, la zone T, le contour des yeux, la bouche, ect....
- Lisser visuellement les traits et accompagner le travail anti-âge du visage
- Adapter la vitesse, le rythme et les manœuvres selon les zones travaillées
- Connaître les indications, précautions et contre-indications du Kobido
- Réaliser un protocole complet, structuré et professionnel
- Préparer les bases nécessaires à une future Masterclass Kobido

Public

Tout public

Tarif

1120 €

Durée

32 heures
soit 4 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 SICSI, 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 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 8 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 SICSI, 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

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

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 SICSIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Apports théoriques

Le Kobido anti-âge

- Histoire et origine du Kobido
- Les spécificités du massage japonais liftant
- Les objectifs esthétiques du Kobido anti-âge

Anatomie & compréhension du visage

- Les muscles peauciers du visage
- Les mécanismes du vieillissement cutané (approche esthétique)
- Les zones stratégiques du lifting manuel

Pratique guidée

Gestes fondamentaux Kobido

- Positionnement des mains
- Fluidité et rythme des manœuvres
- Travail liftant et tonifiant de l'ovale

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

: Théorie

- Les muscles du visage et leur rôle esthétique
- Les tensions faciales et leurs impacts visuels

Pratique

Travail ciblé :

- menton,
- nez,
- front,
- zone intersourcilière

Techniques abordées :

- lissages,
- percussions,
- vibrations,
- manœuvres rapides Kobido

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 SICSI, gérante et formatrice

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation professionnelle

- Installation de la cliente
- Préparation de l'espace de soin

Pratique guidée

Travail du maxillaire

- techniques liftantes,
- drainage esthétique,
- stimulation musculaire,
- remodelage visuel du contour du visage

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Mise en pratique intensive

Technique de l'ovale du visage en restructurant les volumes

- Révision des techniques apprises
- Enchaînements fluides du protocole
- Gestion du rythme et des transitions

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis :
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 3

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Travail du cou & décolleté

Pratique guidée

Techniques spécifiques :

- lissage du cou,
- travail du décolleté,
- gestuelle tonifiante,
- détente des tensions cervicales esthétiques

12h30 – 13h30

REPAS





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

13h30 – 18h30

Pratique : **Travail de la bouche et du front & rides d'expression**

Pratique ciblée

Travail spécifique :

- contour des lèvres,
- rides péribuccales,
- stimulation musculaire ciblée,
- techniques de lissage esthétique

Fin de la 3^{ème} journée :

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

JOUR 4

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : **Contour des yeux & perfectionnement**

Pratique guidée

Travail ciblé :

- contour des yeux,
- poches et marques de fatigue,
- lissages spécifiques,
- gestuelle décongestionnante esthétique

travail des pommettes

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Travail et révision des protocoles

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- 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.





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

Tout public

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

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 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DEVENIR UNE PRO DE LA CURE VISAGE

Date de mise à jour document : le 16/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation vous permet de développer une expertise en diagnostic facial afin d'adapter chaque soin et chaque cure aux besoins spécifiques de votre cliente. Vous apprendrez à observer le visage, analyser les caractéristiques cutanées et questionner de manière pertinente pour proposer des protocoles personnalisés et cohérents. Grâce à une meilleure compréhension des besoins du visage et des différentes techniques facialistes, vous serez en mesure de sélectionner les massages les plus adaptés et de construire des cures ciblées. Cette approche experte vous permettra de valoriser vos prestations, renforcer la fidélisation et accompagner vos clientes avec professionnalisme.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Mettre en place une prise en charge professionnelle de la cliente
- Réaliser un questionnement précis afin d'identifier les besoins esthétiques du visage
- Observer et analyser les caractéristiques du visage afin de choisir les techniques facialistes adaptées
- Adapter les massages et les cures selon les besoins et les objectifs de la cliente
- Construire un protocole personnalisé et cohérent
- Expliquer les bénéfices d'une cure facialiste et accompagner la cliente dans son suivi
- Développer un argumentaire professionnel pour valoriser vos prestations et vos cures
- Organiser un planning de cures et structurer votre offre de soins

Public
Tout public

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 SICSI, 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 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 SICSI, 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

Accueil des stagiaires

Apports théoriques

Le diagnostic facial

- Observation du visage et des besoins cutanés
- Analyse des caractéristiques du visage
- Les différentes problématiques esthétiques

La prise en charge de la cliente

- Mise en place d'un questionnaire pertinent
- Comment orienter l'échange avec la cliente
- Comprendre les attentes et objectifs

Choix des techniques facialistes

- Associer le diagnostic aux massages adaptés
- Comprendre les objectifs de chaque technique
- Construire une cure cohérente et personnalisée

Développement professionnel

- Création d'un argumentaire différenciant
- Valorisation des prestations facialistes
- Conseils et accompagnement de la cliente
- Echanges discussions

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h00

Pratique : Cas pratiques & entraînement

- Mettre en Pratique avec vos modèles
- Réalisation de diagnostics faciaux
- Analyse des besoins sur modèles
- Choix des techniques et cures adaptées
- Exercices de questionnaire clientèle

Débriefing collectif

- Échanges et corrections
- Analyse des propositions de cures
- Questions / réponses





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

Tour de table, présentation

Théorie :

Le rôle du facialiste

- Expliquer la prise en charge à la cliente
- Présenter les objectifs d'une cure facialiste
- Construire une relation de confiance

Structuration des cures

- Organisation du planning des séances
- Construction des forfaits et cures
- Adaptation des tarifs selon les prestations

Communication & vente conseil

- Développer un argumentaire professionnel
- Présenter les bénéfices des cures
- Conseiller les soins complémentaires et routines adaptées

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique sur modèles

- Réalisation d'un diagnostic complet
- Élaboration d'une cure personnalisée
- Présentation du protocole à la cliente
- Mise en situation professionnelle

Fin de la journée 8

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MADOBAYA VISAGE

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Madobaya visage, inspiré de la Madérothérapie, est une technique de massage innovante qui permet de **sculpter, tonifier et redessiner les contours du visage** grâce à un savoir-faire précis et l'utilisation d'instruments en bois spécialement conçus.

Cette méthode agit en profondeur sur les tissus tout en respectant l'intégrité de la peau. Elle stimule la circulation, relance la vitalité cutanée et favorise un effet liftant naturel.

Véritable alliance entre performance et bien-être, le Madobaya offre des résultats visibles tout en procurant une expérience sensorielle unique.

Le visage est comme remodelé, plus ferme, plus lumineux et visiblement revitalisé.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique du Madobaya
- Revoir ou apprendre les muscles
- Anatomie du visage et les graisses cutanées où sont leur importance
- Maîtriser les indications et contre-indications de la
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme.

Public

Tout public

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

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 différentes manœuvres et techniques : maniement des outils en bois, effleurage, lissages, pressions glissées
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de 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

Accueil des participantes

- Présentation de la formatrice et des stagiaires
- Recueil des attentes et objectifs
- Présation du déroulé de la formation

Apports théoriques fondamentaux

- Origine et philosophie du Madobaya visage
- Spécificités et bénéfices de la technique
- Indications et contre-indications
- Anatomie du visage :
 - Les muscles et leur rôle
 - Les graisses cutanées et leur importance dans la structure du visage
- Rappels sur la peau et ses besoins

Objectif : comprendre les bases pour pratiquer en conscience et en sécurité

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Mise en condition professionnelle

- Installation de l'espace de travail
- Posture du praticien
- Hygiène et préparation du matériel

Démonstration par la formatrice

- Première partie du protocole Madobaya
- Gestuelle, rythme et pression
- Utilisation des outils en bois

Mise en pratique

- Travail en binôme ou sur modèle
- Apprentissage pas à pas
- Corrections individualisées

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 SICISIC, gérante et formatrice

JOUR 2

9h30 – 12h30

- **Préparation professionnelle**
- Mise en place de la cabine
- Accueil et installation de la cliente

Révision active

- Reprise des manœuvres vues la veille
- Création d'une fiche protocole

Pratique guidée – Focus joues

- Démonstration détaillée
- Travail des volumes et des tissus
- Adaptation des gestes
- .

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée – Focus front

- Démonstration
- Travail ciblé (lissage, tonification, relaxation)

Réalisation du protocole complet

- En autonomie progressive
- Adaptation au modèle
- Fluidité et enchaînement

Fin de la dernière 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.



CURSUS

Experte Facialiste



BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

CURSUS FACIALISTE EXPERTE

Date de mise à jour document : le 11/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le cursus Experte Facialiste forme des professionnelles hautement qualifiées capables d'analyser, comprendre et traiter chaque peau de manière globale et experte. Ce parcours avancé permet d'aller au-delà des techniques de massage pour intégrer :

- Une lecture approfondie de la peau
- Une approche holistique du visage
- Une maîtrise de techniques exclusives et complémentaires

L'objectif : créer des protocoles sur-mesure à forte valeur ajoutée et se positionner comme experte sur le marché du facialisme.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Devenir experte du diagnostic de peau et du vieillissement cutané
- Maîtriser des techniques avancées liftantes, drainantes et énergétiques
- Savoir combiner les techniques pour créer des soins signatures
- Prendre en charge une cliente de manière globale (peau, muscles, émotions)
- Développer une offre premium et différenciante

Public

Tout public

Tarif

6 850 €

Durée

176 heures

soit 22 jours de formation
de 8 heures en présentiel

Lieu

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





PRÉ-REQUIS

Cette formation s'adresse aux professionnelles du bien-être et de l'esthétique.

Il est recommandé d'avoir des connaissances de base en massage du visage ou d'être issue du domaine esthétique (CAP esthétique ou équivalent).

ADMISSION

Renvoyer le bulletin d'inscription, la convention de formation et le règlement intérieur, complétés et signés.
Un acompte de 1 500,00 € est demandé

- Coût total de la formation 6 850,00 €, possibilité de payer en dix fois.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

1/ Modalités et méthodologie : 13 modules

- Formation en présentiel
- Cours théoriques
- Exercices pratiques
- Déroulé pédagogique

2/ Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à Word et à Power point, vidéo
- Matériel fourni
- 6 stagiaires maximum par session avec travail en binôme
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des manœuvres petit à petit
- Débriefing, Questions/Réponses
- Feedback

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 avec une approche psychocorporelle.

DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

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

A 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

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 chaque module :

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

Après chaque module :

- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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





Première partie

Ce cursus se compose d'un ensemble de **7 BLOC - Formations** dont vous trouverez leur programme détaillé ci-après :

BLOC 1 – FONDAMENTAUX DE L'EXPERTE PEAU

- ✓ Spécialiste de l'analyse de la peau

BLOC 2 – TECHNIQUES STRUCTURELLES & PROFONDES

- ✓ MasterClass KOBIDO
- ✓ Intrabuccal
- ✓ Liftant Thaï

BLOC 3 – DRAINAGE & DÉTOX DE LA PEAU

- ✓ Réflexologie Faciale (Dien Chan)
- ✓ Cupping Face (Ventouses visage)

BLOC 4 – ZONES EXPERTES & CIBLÉES

- ✓ Contour des yeux liftant & drainant
- ✓ Experte cou, trapèzes & décolleté

BLOC 5 – TECHNIQUES INNOVANTES & OUTILS

BLOC 5 – TECHNIQUES INNOVANTES & OUTILS

- ✓ Bambou liftant visage
- ✓ Taping face

BLOC 6 – APPROCHE HOLISTIQUE & AUTONOMIE CLIENTE

- ✓ Yoga du visage
- ✓ Automassage anti-âge

BLOC 7 – DIMENSION ÉNERGÉTIQUE

- ✓ Massage visage énergétique





BLOC 1 – FONDAMENTAUX DE L'EXPERTE PEAU
Spécialiste de l'analyse de la peau

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Approfondir ses connaissances sur la structure et le fonctionnement de la peau.

Comprendre et analyser le vieillissement de la peau. Savoir identifier les différents facteurs du vieillissement.

Découvrir l'emplacement des muscles, points de digit pression sur les méridiens qui parcourent le visage et la représentation des organes sur ce dernier.

Mise en place d'un diagnostic de peau pour pouvoir réaliser un soin adapté et le suivi.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Approfondir ses connaissances de la physiologie cutanée et de ses annexes.
- Analyser la peau du sujet à traiter afin d'adopter une technique convenable, les produits et outils adaptés à ses besoins.
- Comprendre les réactions de la peau.

Public : Tout public

Pré-requis : Être titulaire du CAP – esthétique

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 48h de formation

Tarif : 2 100 €HT

L'organisme de formation est exonéré de la TVA, en vertu de l'article 261-4-a du CGI.





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

- Tour de table, présentation, prise de contact
- Anatomie de la peau : découvrir la structure et le fonctionnement des différentes couches qui composent la peau. Leurs rôles et le lien entre elles.
- Vascularisation, innervation : comprendre le fonctionnement et le rôle de ces deux fonctions dans la nutrition et le renouvellement cellulaire.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Les annexes cutanées : connaître leurs structures et leurs fonctions.
- Les grandes fonctions de la peau : connaître les différents rôles de cet organe.
- Échanges et questions.

Fin de la 1ère journée :

- Vérification des acquis : Évaluation théorique.
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires.

JOUR 2

9h30 – 12h30

- La surface cutanée : connaître ses particularités et son rôle dans l'équilibre et le renouvellement de la peau.
- Le microbiote : composition, fonction, lien avec les autres microbiotes, impact de notre hygiène de vie sur ce dernier.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Le vieillissement cutané : connaître les différentes étapes et les facteurs responsables du vieillissement cutané. Notions de nutrition interne/externe pour lutter contre le vieillissement.
- Structure musculaire du visage : découvrir les muscles du visage et comprendre leurs rôles dans le vieillissement cutané.
- Échanges et questions.

Fin de la 2ème journée :

- Vérification des acquis : Évaluation théorique.
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

JOUR 3

9h30 – 12h30

- Débriefing sur les jours précédents.
- Terrains de peau : comprendre ce qu'est un terrain de peau, la différence avec un état de peau. Découvrir les facteurs internes/externes qui peuvent influencer le terrain et/ou l'état de peau.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Suite terrains de peau : comment réaliser une analyse de peau et comprendre visuellement ce qui va nous permettre de le déterminer.
- Analyse des terrains de peau en pratique

Fin de la 3ème journée :

- Vérification des acquis : Évaluation théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 4

9h30 – 12h30

- Questionnaire pour un soin sur mesure : en tant que spécialiste nous observons des éléments à traiter mais il est important d'échanger avec votre client(e) sur ses ressentis, attentes et objectifs car c'est à nous d'aller chercher certaines informations afin de réaliser un soin qui lui donnera pleinement satisfaction et de pouvoir l'accompagner lors d'un suivi entre deux soins.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Représentation des méridiens et des organes sur le visage : découvrir selon la médecine traditionnelle chinoise la représentation des organes au niveau du visage qui peuvent nous permettre de comprendre les reflets de dysfonctionnements internes et adapter le soin.

Fin de la dernière journée :

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





JOUR 5

9h30 – 12h30

- Débriefing et introduction au module « Approche holistique de la peau ».
- La peau comme reflet de l'organisme : comprendre les liens entre déséquilibres internes et manifestations cutanées.
- Rappel des grands systèmes de l'organisme : digestif, hormonal, nerveux et lymphatique.
- Comprendre leur impact direct sur la qualité de la peau.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Les organes émonctoires : foie, intestins, reins, poumons, peau.
- Leur rôle dans l'élimination des toxines.
- Conséquences d'un dysfonctionnement : acné, teint terne, inflammations, vieillissement cutané.
- Étude de cas : identifier les signes visibles sur la peau liés à un déséquilibre interne.

Fin de la journée :

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

JOUR 6

9h30 – 12h30

- Les émotions et leur impact sur la peau.
- Comprendre le lien corps / esprit.
- Les neurotransmetteurs : cortisol, sérotonine, dopamine, mélatonine.
- Les hormones et leurs effets sur le vieillissement cutané, les imperfections et la qualité de peau.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- La chrono nutrition : comprendre le rythme biologique et son impact sur la peau.
- Les nutriments et micronutriments essentiels : vitamines, minéraux, acides gras, antioxydants.
- Adapter les apports en fonction des problématiques cutanées (acné, sécheresse, relâchement, teint terne...).
- Mise en pratique : lecture et utilisation des questionnaires (carences, hygiène de vie, émotions).
- Analyse d'un cas client et mise en place d'un accompagnement personnalisé.

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Évaluation théorique
- Analyse de cas pratique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





BLOC 2 – TECHNIQUES STRUCTURELLES & PROFONDES **Kobido Masterclass**

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La formation Master Kobido a pour objectif d'amener les praticiens déjà formés au Kobido à un niveau supérieur de maîtrise et de compréhension de cette technique. Au-delà de la simple reproduction d'un protocole, cette formation permet d'approfondir la qualité des gestes, la fluidité du massage et surtout la capacité à personnaliser chaque soin en fonction des besoins spécifiques de la cliente. Durant cette formation, nous analyserons ensemble les situations où les résultats obtenus ne correspondent pas aux attentes. Vous apprendrez à identifier les raisons possibles (gestuelle, rythme, pression, problématique cutanée ou stade de vieillissement) et à adapter votre pratique pour optimiser les effets du massage. Cette masterclass est idéale pour les professionnelles souhaitant perfectionner leur pratique du Kobido appris chez Béatitude Formation à Cagnes-sur-Mer, améliorer leurs résultats et proposer des soins encore plus efficaces et personnalisés. L'objectif est de vous permettre d'acquérir plus de précision, plus de compréhension et plus d'efficacité dans votre pratique afin d'obtenir des résultats visibles et durables pour votre clientèle.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Perfectionner les gestes fondamentaux du Kobido et comprendre leurs spécificités techniques
- Analyser les résultats obtenus après un protocole afin d'identifier les ajustements nécessaires
- Adapter les cures de soins en fonction du stade de vieillissement et des problématiques cutanées
- Personnaliser le protocole de massage selon les besoins spécifiques de chaque cliente ➤ Associer le Kobido à d'autres techniques facialistes afin d'optimiser les résultats anti-âge

Public : Tout public

Prérequis : Avoir effectué les deux modules soin liftant japonais Kobido.

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 16h de formation

Tarif : 560 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 7

9h30 – 12h30

Accueil des participantes Présentation de la formation et tour de table

Pratique : perfectionnement des gestes fondamentaux du Kobido

- rappel des manœuvres essentielles
- apprentissage de nouveaux gestes
- travail sur la précision des mouvements
- ajustement de la pression et du rythme
- démonstration par la formatrice puis pratique en binôme. Le déroulement complet du modelage est étudié avec les différentes étapes et manœuvres illustrations pédagogiques.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : perfectionnement de la technique selon les problématiques cutanées

- analyse des résultats obtenus après un protocole
- identification des points d'amélioration
- adaptation des manœuvres selon les besoins de la cliente. Travail en binôme avec corrections personnalisées de la formatrice.

Le déroulement du modelage est repris étape par étape avec illustrations et explications techniques.

Fin de la première journée Temps d'échanges :

- partage des ressentis
- retours d'expériences
- questions / réponses.

Fin de la journée :

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





JOUR 8

9h30 – 12h30

Pratique : adapter la cure Kobido aux stades de vieillissement

- analyse des différents stades du vieillissement cutané
- choix des manœuvres les plus adaptées
- adaptation de la durée et du rythme du protocole. Le déroulement du modelage est étudié avec les différentes étapes et illustrations pédagogiques.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : création d'un protocole personnalisé

- adaptation du protocole selon la problématique de la cliente
- construction d'une cure de soins
- pratique en binôme ou sur modèle.
- Chaque participante réalise un protocole complet avec accompagnement de la formatrice.

Fin de la journée :

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





Intrabuccal

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage des muscles profonds du visage aide à relâcher en profondeur les tensions accumulées. Grâce à des gestes techniques précis réalisés aussi bien à l'intérieur de la bouche qu'au niveau du visage, cette méthode offre un travail complet sur la zone traitée. Ce soin contribue à atténuer les poches, rides et ridules sur le bas et le centre du visage, tout en procurant une sensation intense de bien-être et de relaxation. Il est également particulièrement efficace pour redessiner le contour des lèvres et estomper les plis nasogéniens.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique du massage des muscles profonds du visage
- Maîtriser les indications et contre-indications du massage des muscles profonds du visage
- Élaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Public : Tout public

Prérequis : Être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 9

9h30 – 12h30

Théorie :

- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité
- Les indications et contre-indications du massage

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations en binôme, savoir faire des pompages au niveau des ganglions des palatines, tonsilles et parotide. Et drainer la lymphe vers les clavicules
- Comprendre les muscles et comment les étirer dans quels sens, en respectant la fibre musculaire pour avoir un effet anti-ride

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique : Suite

- Pratique en binôme de tout ce qui a été vu en démonstration pour valider la formation
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Évaluation, contrôle pratique et théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





Liftant Thaïlandais

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le thaïlandais est issu de massage liftant asiatique combiner avec un stylet en bois pour stimuler le collagène et l'élastine de la peau.

Nous apprendrons une séquence complète d'une trentaine de techniques. Il est varié, agréable à donner et à recevoir. Il agit aussi bien au niveau énergétique que relaxant et il est utilisé avec un stylet pour stimuler de façon énergétique le muscle

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- > Aménager votre espace de massage et avoir tout le nécessaire à disposition
- > Installer la personne massée confortablement
- > Acquérir une posture adaptée en massant ; reposante, revigorante et diligente
- > Maîtriser la technique du stylet
- > Développer la qualité de votre toucher en massant
- > Peu à peu percevoir et (res)sentir naturellement les muscles du visage
- > Décupler la sensibilité au bout de vos doigts grâce à 3 exercices
- > Élaborer un protocole dans un temps défini

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 10

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie et pratique :

Présentation du stylet : Rôle, Utilisation, spécificités

Les objectifs du modelage : relaxation, tonification, éclat du visage

Rappels sur la peau et le vieillissement cutané (approche esthétique)

Préparation du poste de travail et installation de la cliente

Pratique guidée

Démonstration par la formatrice

- Prise en main du stylet
- Positionnement des mains
- Rythme et fluidité des gestes
- Adaptation de la pression

Exercices sensoriels

- Développement de la sensibilité des doigts
- Travail de perception des reliefs et muscles du visage
- Exercices de précision et de coordination

Pratique en binôme ou sur modèle

- Apprentissage progressif des techniques
- Travail des différentes zones du visage
- Enchaînement des manœuvres

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Mise en pratique intensive

Déroulement du protocole complet

- Révision des techniques apprises
- Enchaînement des différentes étapes du modelage
- Gestion du rythme et du temps de soin
- Fluidité et précision des gestes

Mise en situation professionnelle

- Pratique en duo ou sur modèle
- Adaptation du soin selon la cliente

Travail sur : La posture, l'écoute et la qualité de la présence





BLOC 3 – DRAINAGE & DÉTOX DE LA PEAU

Réflexologie Faciale (Dien Chan)

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation propose une approche innovante pour enrichir vos compétences en soins esthétiques grâce à des techniques de stimulation faciale non invasives. Vous apprendrez à intégrer des outils et des gestes professionnels dans vos prestations, permettant à votre clientèle de bénéficier de soins ciblés pour améliorer l'apparence et le bien-être de la peau.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- La découverte du visage, de son anatomie, des zones réflexes du visage et du crâne
- Acquérir des compétences pratiques en réflexologie faciale et en techniques anti-rides.
- Apprendre à utiliser des outils spécifiques pour les soins du visage.
- Développer une méthode efficace pour répondre aux besoins esthétiques spécifiques : rougeurs, inflammations, rides.
- Intégrer des techniques professionnelles dans vos prestations de soins esthétiques.

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 24h de formation

Tarif : 840 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 11

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Alternance entre théorie et pratique :

- Origines et évolution des techniques de réflexologie faciale.
- Applications actuelles dans les soins esthétiques et bien-être.
- Connaissance de l'anatomie du visage : zones réflexes du visage et du crâne.
- Identification des zones clés pour des soins ciblés.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la journée :

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

JOUR 12

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Alternance entre théorie et pratique :

- Découverte des outils spécifiques (rollers, stimulateurs).
- Techniques d'utilisation en soin esthétique.
- Techniques esthétiques anti-rides : zones et points réflexes pour un effet lifting naturel.
- Protocole d'application pour réduire les rides et améliorer la fermeté de la peau.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique du protocole en duo ou sur modèle.

Fin de la journée :

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





JOUR 13

9h30 – 12h30

Alternance entre théorie et pratique :

- Techniques pour apaiser rougeurs et inflammations.
- Utilisation des zones lymphatiques pour un drainage esthétique (yin et yang).
- Intégration des techniques dans une offre professionnelle.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la journée :

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





Cupping Face

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Cupping Face est un massage rajeunissant avec des différentes formes et matières de ventouses. C'est une technique qui permet de travailler simultanément la peau et les muscles du visage en profondeur. Le massage avec les ventouses augmente la circulation sanguine et lymphatique, booste la production de collagène et d'élastine et détend les muscles pour gommer les rides et redéfinir les contours du visage.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Être capable de pratiquer le protocole complet du soin
- Savoir mettre en pratique les apprentissages ainsi que de connaître les indications et contre-indications du massage
- Acquérir une nouvelle prestation afin de compléter des techniques déjà pratiquées et proposer un nouveau soin à sa clientèle.
- Apprendre à utiliser des différentes formes de ventouses.

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 14

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le liftant Cupping Face
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

Fin de la journée :

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





BLOC 4 – ZONES EXPERTES & CIBLÉES

Contour des yeux liftant & drainant

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Ce massage liftant et drainant de la zone du contour de l'œil vous permettra de répondre à la demande de vos clientes qui souhaitent avoir un regard plus éclatant et plus jeune. Ce massage combine une phase de manœuvres tonifiantes avec une phase de drainage pour détoxifier et illuminer. En apprenant cette technique, vous pourrez agir considérablement sur les effets de l'âge mais aussi rendre la peau du contour de l'œil plus lumineuse, plus saine. Vous lutterez contre les poches et les cernes sous les yeux

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Être capable de réaliser un massage axé sur l'anti-âge et l'éclat du contour de l'œil
- Maîtriser l'utilisation des manœuvres drainantes et anti-âge
- Connaître les différentes techniques anti-âges manuelles liées au contour des yeux
- Être capable de maîtriser les préconisations et contre-indications
- Appliquer une posture de massage en tenant compte de la manière dont le client est massé
- Conseiller le client sur d'autres techniques de massage ou une vente de produits cosmétiques adaptés

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 15

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- L'orbiculaire des yeux
- La glande lacrymale
- Les muscles des yeux
- Le système circulatoire et lymphatique
- Le vieillissement du contour des yeux
- Les poches et les cernes
- Les bienfaits et contre-indications
- Prévention contour des yeux
- Pourquoi le contour des yeux est-il si fragile ?
- Les techniques esthétiques
- Les meilleurs principes actifs pour cette zone
- Les outils
- Commercialisation

Pratique :

- Démonstration des techniques manuelles étapes par étapes en commençant par un massage drainant

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Révision des muscles en même temps qu'on pratique
- Déroulement du modelage avec démonstration des étapes par étapes des libérations des tensions musculaire de l'œil
- Pratique sur modèle

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Évaluation pratique tout le long de la formation contrôle théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





Experte cou, trapèzes & décolleté

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation vous permet d'approfondir des protocoles ciblés sur les zones du buste, du cou et des trapèzes, essentielles à la beauté et à la détente globale du visage.

En relâchant les tensions accumulées dans ces zones souvent contractées, vous favorisez une meilleure oxygénation des tissus, une circulation énergétique fluide, et obtenez ainsi un résultat visible sur l'ovale du visage.

Le travail sur ces zones clés agit à la fois sur la décontraction musculaire et sur la lift dynamique naturelle du visage.

Ce soin devient un complément incontournable de vos protocoles anti-âge et de vos massages esthétiques, apportant à vos clientes une sensation de bien-être immédiate et durable.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Approfondir les techniques de massage spécifiques aux zones du cou, du décolleté et des trapèzes, en respectant l'anatomie et la sensibilité de chaque cliente.
- Comprendre le lien entre ces zones et la tonicité du visage, pour potentialiser vos résultats esthétiques.
- Adapter votre protocole selon les besoins de votre cliente (relâchement, tension, fatigue, perte de tonicité...).
- Savoir présenter et vendre cette prestation, en expliquant ses bénéfices concrets sur le bien-être et la beauté du visage.
- Renforcer votre expertise et votre posture professionnelle, en proposant un soin à forte valeur ajoutée

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 16

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Connaître les muscles de la zone du cou,
- Comment les travailler et les décontracter à travers le massage de bien-être.
- Démonstration de la zone du décolleté en relaxant la partie du muscle pectoral avec des manœuvres de relaxation puis de décontraction comme des frictions et des lotus.

Pratique :

- Démonstration étape par étape
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie :

- Protocole du cou et du sous mentonnier, révision des muscles de cette partie et comment les travailler, en faisant un protocole relaxant avec effleurage, pression glissée, pétrissage.
- En finissant par une phase drainante
- Protocole trapèzes : Faire tourner la cliente, connaître les muscles de cette zone, comment la travailler et la détendre, avec quelle manœuvre sera-t-il judicieux de le décontracter

Pratique :

- Démonstration étape par étape
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

Fin de la journée :

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





BLOC 5 – TECHNIQUES INNOVANTES & OUTILS **Bambou liftant visage**

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage liftant aux bambous est une technique de massage bien-être originale utilisant des instruments en bambou pour offrir une **stimulation douce, tonifiante et relaxante du visage**. Grâce à leur forme et à leur souplesse, les bambous permettent de réaliser des manœuvres précises et rythmées, favorisant une **sensation de dynamisation des tissus et de relâchement des tensions**.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner la clientèle dans un cadre professionnel
- Réaliser une fiche de renseignement adaptée
- Maîtriser les techniques spécifiques du massage liftant aux bambous
- Adapter la gestuelle (pression, rythme, précision) selon les besoins du visage
- Connaître les indications et contre-indications du massage
- Construire un protocole de soin structuré dans un temps défini
- Développer assurance, précision et fluidité dans la pratique

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 17

9h30 – 12h30

Origine et principes du massage liftant aux bambous

Rappels anatomiques du visage :

- Principaux muscles
- Rôle dans la tonicité et les expressions

Indications et contre-indications du massage

Méthodologie de travail :

- Gestuelle drainante
- Gestuelle sculptant

Organisation d'un soin :

- Installation
- Posture du praticien
- Préparation du matériel

Démonstration par la formatrice :

- Gestes fondamentaux
- Prise en main des bambous
- Rythme et pression

Exercices pratiques :

- Travail du visage en techniques drainantes
- Premières manœuvres sculptant

Pratique en binôme

Corrections individualisées

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée

- Démonstration :
 - Techniques liftantes
 - Effet "push-up" du visage
 - Enchaînement des gestes

Mise en pratique complète

- Réalisation du protocole en binôme
- Fluidité et coordination des gestes
- Adaptation au modèle
- Gestion du temps de soin

Validation des acquis

Contrôle de connaissance théorique et pratique

- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





Massage Face Taping

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage face taping, est une technique anti-âge non invasive réalisée en automassage du visage. C'est la nouvelle méthode en vogue pour atténuer les rides sans bouger. Comment s'approprier cette technique ? Où acheter le matériel ? Comment le vendre auprès de votre cliente ? Comment faire des ateliers ? Ces bandes de coton équipées de colle à base de gel anti-allergène, sont inspirées de notre peau et de sa capacité élastique. Le massage tape lisse la peau en figeant les muscles « effet botox », ce qui induit à la peau d'éviter des mouvements de mimiques / expressions constants et l'invite à bouger autrement, en donnant d'autres habitudes musculaires.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre la méthode performante pour drainer et sculpter toutes les parties du visage
- Connaître les bienfaits et les contre-indications à considérer pour proposer à vos patients les meilleurs soins,
- A l'issue de la formation, vous serez en mesure de pouvoir expliquer à votre cliente comment le placer sur son visage ou le faire sur elle.

Public : Tout public

Prérequis : Aucun

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 18

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Définition du drainage lymphatique
- Les muscles du visage
- Les contres indications
- Méthode de travail en drainage et en sculptage
- Le système sanguin et lymphatique
- Les effets du massage face taping
- Les indications esthétiques.

Pratique :

- Démonstrations et exercices pratiques du visage en méthode drainante et sculptante du massage face taping.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Démonstration de la pause du massage face taping sur chacun des muscles
- Comment expliquer à ces clientes
- Comment organiser un atelier.

Fin de la 1^{ère} journée :

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





BLOC 6 – APPROCHE HOLISTIQUE & AUTONOMIE CLIENTE

Yoga du visage

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Notre visage, véritable miroir de nos émotions et de la santé de notre corps, se marque un peu plus au fil du temps. Il est cependant possible d'atténuer les traces du temps grâce à cette méthode naturelle du "bien vieillir".

Le Yoga du visage est basé sur des exercices et postures spécifiques visant à tonifier et détendre les muscles du visage.

Cette méthode vise à raffermir, atténuer les signes de vieillissement et apporter une sensation de bien-être général.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les principes de base du Yoga du visage et ses bienfaits sur la peau
- Maîtriser un enchaînement de "Manœuvres" de Yoga du visage pour améliorer l'apparence et la tonicité faciale
- Être capable d'identifier les muscles du visage et leur rôle dans les expressions faciales
- Comprendre le système lymphatique ainsi que son impact sur la santé de la peau et du visage
- Maîtriser les techniques de respiration et de relaxation nécessaires pour optimiser les exercices faciaux
- Adapter une posturologie en fonction des manœuvres de Yoga du visage.

Public : Tout public

Prérequis : Être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 16h de formation

Tarif : 560 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 19

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Maîtriser les fascias, les muscles
- Le système lymphatique
- Être capable de maîtriser les préconisations et contre-indications
- Comprendre l'importance de la posturologie dans le yoga du visage.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Démonstration d'un enchaînement auto-massage de Yoga du visage du décolleté, cou et ovale et le reproduire sur soi-même en respectant votre posturologie
- Démonstration de technique pour stimuler le système lymphatique et le reproduire sur soi-même.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 20

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Démonstration d'un enchaînement auto-massage du Yoga du visage du milieu du visage et haut du visage et le refaire sur soi-même en respectant votre posturologie.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Protocole complet du visage avec le rituel de relaxation
- Cas pratique : Savoir adapter votre protocole en fonction de votre cliente, les questions que peuvent se poser votre clientèle, comment adapter vos cures, savoir remplir le questionnaire client.

Fin de la dernière journée :

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





Automassage anti-âge

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation a pour objectif de vous apprendre à maîtriser les techniques d'auto-massage mais aussi à transmettre ce savoir à vos clientes, afin qu'elles puissent prolonger les effets de vos soins en cabine.

Vous apprendrez à vendre cette prestation de manière naturelle et professionnelle, et à l'intégrer dans vos cures pour des résultats visibles, durables et personnalisés.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Devenir une experte de l'auto-massage : maîtriser les techniques adaptées au visage, au cou et au décolleté.
- Apprendre à enseigner à vos clientes : savoir expliquer, montrer et corriger les gestes clés du massage liftant.
- Savoir vendre cette prestation : développer un discours de vente convaincant et personnalisé selon le profil de chaque cliente.
- Optimiser vos cures beauté : savoir quand et comment intégrer cette méthode dans vos protocoles pour renforcer les résultats et la fidélisation.

Public : Tout public

Prérequis : Être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 21

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Accueil et introduction

- Présentation de la formation et des participantes
- Recueil des attentes

Comprendre la technique d'auto-massage liftant

- Principes du massage liftant
- Bénéfices (relaxation, tonicité, éclat)
- Zones : visage, cou, décolleté

Apprendre à transmettre à ses clientes

- Comment structurer une explication claire
- Décomposer un geste étape par étape
- Les erreurs fréquentes des clientes

Savoir vendre la prestation

- Identifier les besoins clients
- Adapter son discours
- Mettre en avant les bénéfices de manière naturelle

Intégrer dans une cure

- Quand proposer l'auto-massage
- Comment renforcer les résultats d'un soin
- Fidélisation cliente

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique avec vos modèles comme un atelier avec vos clientes
- Mise en situation réelle
- Expliquer un geste à une cliente
- Faire reproduire
- Corriger avec bienveillance
- Simulation de vente
- Adapter son discours selon le profil
- Présenter l'auto-massage comme complément de cure

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Évaluation, contrôle pratique et théorique
- échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





BLOC 7 – DIMENSION ÉNERGÉTIQUE

Massage visage énergétique

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le visage est une zone hautement sensible, à la fois expressive, émotionnelle et énergétique. Il est le reflet de notre état intérieur, de notre système nerveux et de notre équilibre global.

Le massage énergétique du visage est un soin doux et profond qui agit à la fois sur les tissus, les méridiens énergétiques et le système nerveux autonome.

Ce soin repose sur un toucher conscient, des pressions ciblées, des mouvements lents et enveloppants, ainsi que des mouvements en forme de 8, favorisant l'harmonisation des polarités et la régulation du système nerveux sympathique et parasympathique.

Le massage énergétique du visage procure une détente profonde, libère les tensions émotionnelles accumulées au niveau du visage, de la mâchoire et du front, et favorise un état de relâchement global.

Il améliore la circulation énergétique, redonne de l'éclat au teint, détend les traits et soutient l'équilibre corps-esprit.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les bases de l'énergétique appliquée au visage
- Identifier les zones de tensions émotionnelles et nerveuses du visage
- Appréhender le lien entre système nerveux, énergie et toucher
- Réaliser un protocole complet de **massage énergétique du visage de 30 minutes**
- Adapter la pression, le rythme et l'intention du toucher
- Intégrer le mouvement en 8 dans le soin énergétique du visage

Public : Tout public

Prérequis : Être inscrit aux bases du massage anti-âge

Modalité d'accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

Nombre de participants : illimitée

Durée : 8h de formation

Tarif : 310 €HT





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 22

9h30 – 12h30

- Tour de table et présentation
- Préparation physique et énergétique du praticien

Théorie :

- Le massage énergétique du visage : origine, principes et objectifs
- Notions d'énergétique et de système nerveux autonome
- Le visage comme zone émotionnelle et réflexe
- Le toucher conscient et l'intention dans le soin

Pratique :

- Découverte du protocole de massage énergétique du visage
- Apprentissage des premières manœuvres et enchaînements

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Apprentissage complet du protocole de massage énergétique du visage
- Intégration du mouvement en 8 sur le visage
- Travail sur les zones clés : front, tempes, sillons, pommettes, mâchoire
- Fluidité, rythme et adaptation du soin

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : évaluation pratique continue et théorique
- Échanges, ressentis et retours d'expérience
- Questionnaire de satisfaction
- Remise du certificat de réalisation de fin de stage





Troisième partie

L'examen

Votre mémoire sur :

- ✓ Comment prendre en charge la clientèle en tant que Facialiste.
- ✓ Comment identifier les étapes clés dans la prise en charge, avant le massage et après le massage.
- ✓ Montrez comment construire un argumentaire pour présenter l'approche du facialisme et ses bienfaits.
- ✓ Quels massages faciaux en fonction du diagnostic, faire un questionnaire que vous aurez réalisé et de vos connaissances théoriques sur la peau.
- ✓ Comment expliquer à sa cliente comment prendre en charge une zone de son visage par le biais d'exercice.

Mise en condition avec un modèle choisi et faire une partie pratique de 30 min

Validation du cursus de facialiste au mois de juin ou décembre sur une date donnée en fin de cursus

Modalités pédagogiques

Méthodologie :

- ✓ Formation en présentiel
- ✓ Cours théorique
- ✓ Exercices pratiques
- ✓ Déroulé pédagogique

Moyens pédagogiques :

- ✓ Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- ✓ Support de cours théorique et pratique, conçu grâce à Word et à power point
- ✓ Vidéo
- ✓ 6 stagiaires maximum par session
- ✓ Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- ✓ Démonstration des différentes manœuvres, effleurage, lissages, 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

Date et délai d'accès à la formation

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

A 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

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

Débouchés 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.



FORMATIONS FACIALISTE

Perfectionnement



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

SPECIALISTE DE L'ANALYSE DE LA PEAU

Date de mise à jour document : le 25/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Approfondir ses connaissances sur la structure et le fonctionnement de la peau.
Comprendre et analyser le vieillissement de la peau. Savoir identifier les différents facteurs du vieillissement.

Découvrir l'emplacement des muscles, points de digitopression sur les méridiens qui parcourent le visage et la représentation des organes sur ce dernier.

Mise en place d'un diagnostic de peau pour pouvoir réaliser un soin adapté et le suivi.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Approfondir ses connaissances de la physiologie cutanée et de ses annexes.
- Analyser la peau du sujet à traiter afin d'adopter une technique convenable, les produits et outils adaptés à ses besoins.
- Comprendre les réactions de la peau.

Public

Tout public

Tarif

1 400 €

Durée

32 heures
soit 4 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

Être titulaire du CAP Esthétique

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours 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
- 8 stagiaires maximum par session
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration d'une analyse de peau
- 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.

Mme Marion VOLAYRE, détentrice du C.A.P Esthétique-Cosmétique niveau B.T.S avec 19ans d'expérience professionnelle, facialiste et kératothérapeute.

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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

- Tour de table, présentation, prise de contact
- Anatomie de la peau : découvrir la structure et le fonctionnement des différentes couches qui composent la peau. Leurs rôles et le lien entre elles.
- Vascularisation, innervation : comprendre le fonctionnement et le rôle de ces deux fonctions dans la nutrition et le renouvellement cellulaire.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Les annexes cutanées : connaître leurs structures et leurs fonctions.
- Les grandes fonctions de la peau : connaître les différents rôles de cet organe.
- Echanges et questions.

Fin de la 1^{ère} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique.
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires.

JOUR 2

9h30 – 12h30

- La surface cutanée : connaître ses particularités et son rôle dans l'équilibre et le renouvellement de la peau.
- Le microbiote : composition, fonction, lien avec les autres microbiotes, impact de notre hygiène de vie sur ce dernier.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Le vieillissement cutané : connaître les différentes étapes et les facteurs responsables du vieillissement cutané. Notions de nutrition interne/externe pour lutter contre le vieillissement.
- Structure musculaire du visage : découvrir les muscles du visage et comprendre leurs rôles dans le vieillissement cutané.
- Echanges et questions.

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique.
- 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 SICSI, gérante et formatrice

JOUR 3

9h30 – 12h30

- Débriefing sur les jours précédents.
- Terrains de peau : comprendre ce qu'est un terrain de peau, la différence avec un état de peau. Découvrir les facteurs internes/externes qui peuvent influencer le terrain et/ou l'état de peau.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Suite terrains de peau : comment réaliser une analyse de peau et comprendre visuellement ce qui va nous permettre de le déterminer.
- Analyse des terrains de peau en pratique

Fin de la 3^{ème} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 4

9h30 – 12h30

- Questionnaire pour un soin sur mesure : en tant que spécialiste nous observons des éléments à traiter mais il est important d'échanger avec votre client(e) sur ses ressentis, attentes et objectifs car c'est à nous d'aller chercher certaines informations afin de réaliser un soin qui lui donnera pleinement satisfaction et de pouvoir l'accompagner lors d'un suivi entre deux soins.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Représentation des méridiens et des organes sur le visage : découvrir selon la médecine traditionnelle chinoise la représentation des organes au niveau du visage qui peuvent nous permettre de comprendre les reflets de dysfonctionnements internes et adapter le soin.

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Contrôle pratique tout au long des journées
- 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
- Synthèse d'évaluation 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

Perfectionnement d'un diplôme Esthétique (minimum CAP)





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASTERCLASS KOBIDO

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



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La formation Master Kobido a pour objectif d'amener les praticiens déjà formés au Kobido à un niveau supérieur de maîtrise et de compréhension de cette technique. Au-delà de la simple reproduction d'un protocole, cette formation permet d'approfondir la qualité des gestes, la fluidité du massage et surtout la capacité à personnaliser chaque soin en fonction des besoins spécifiques de la cliente. Durant cette formation, nous analyserons ensemble les situations où les résultats obtenus ne correspondent pas aux attentes. Vous apprendrez à identifier les raisons possibles (gestuelle, rythme, pression, problématique cutanée ou stade de vieillissement) et à adapter votre pratique pour optimiser les effets du massage. Cette masterclass est idéale pour les professionnelles souhaitant perfectionner leur pratique du Kobido appris chez Béatitude Formation à Cagnes-sur-Mer, améliorer leurs résultats et proposer des soins encore plus efficaces et personnalisés. L'objectif est de vous permettre d'acquérir plus de précision, plus de compréhension et plus d'efficacité dans votre pratique afin d'obtenir des résultats visibles et durables pour votre clientèle.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Perfectionner les gestes fondamentaux du Kobido et comprendre leurs spécificités techniques
- Analyser les résultats obtenus après un protocole afin d'identifier les ajustements nécessaires
- Adapter les cures de soins en fonction du stade de vieillissement et des problématiques cutanées
- Personnaliser le protocole de massage selon les besoins spécifiques de chaque cliente
- Associer le Kobido à d'autres techniques facialistes afin d'optimiser les résultats anti-âge

Public

Tout public

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

Avoir effectué les deux modules soin liftant japonais Kobido.

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





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

JOUR 1

9h30 – 10h00 : Accueil et introduction

Objectifs :

- Identifier le niveau des participantes
- Clarifier les attentes individuelles

Contenu :

- Présentation de la formation et de ses objectifs pédagogiques
- Tour de table : parcours, pratique actuelle, difficultés rencontrées
- Identification des attentes et objectifs individuels

Méthodes pédagogiques :

- Échange collectif
- Questionnement guidé

10h00 – 12h30 : Perfectionnement des gestes fondamentaux du Kobido

Objectifs :

1. Améliorer la précision et la qualité des gestes
2. Corriger les erreurs techniques

Contenu détaillé :

1. Rappel des manœuvres fondamentales :
 1. effleurages
 2. lissages
 3. percussions type « colibri »
 4. manœuvres stimulantes et drainantes
2. Décomposition technique de chaque geste :
 1. position des mains
 2. direction du mouvement
 3. rythme et vitesse
 4. adaptation de la pression
3. Travail sur la posture du praticien :
 1. ergonomie
 2. fluidité corporelle
4. Apprentissage de nouvelles variations de manœuvres

Mise en pratique :

1. Démonstration par la formatrice
2. Entraînement en binôme
3. Corrections individualisées

Compétences visées :

1. Exécuter des gestes précis, fluides et adaptés
2. Ajuster la pression et le rythme selon la zone
1. Remise de l'attestation de fin de 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

12h30 – 13h30 : Pause déjeuner

13h30 – 15h30 : Analyse des résultats et ajustement technique

Objectifs :

1. Comprendre pourquoi un soin est efficace ou non
2. Savoir ajuster sa pratique

Contenu :

1. Analyse des résultats post-massage :
 1. éclat du teint
 2. tonicité
 3. drainage
 4. relâchement musculaire
2. Identification des erreurs fréquentes :
 1. manque de rythme
 2. pression inadaptée
 3. enchaînements incohérents
3. Introduction à la lecture du visage :
 1. zones de tension
 2. zones de relâchement

Mise en pratique :

1. Études de cas
2. Travail en binôme avec observation et feedback

Compétences visées :

1. Analyser un résultat de soin
2. Adapter immédiatement sa gestuelle

15h30 – 18h30 : Adaptation du Kobido aux problématiques cutanées

Objectifs :

1. Personnaliser un soin en fonction de la cliente

Contenu :

1. Identification des problématiques :
 1. peau fine, épaisse
 2. relâchement cutané
 3. rides statiques, dynamiques, oedemateuse
 4. congestion / rétention d'eau
2. Choix des manœuvres adaptées :
 1. stimulation pour l'éclat
 2. drainage pour la circulation
 3. lift pour la tonicité
3. Ajustement :
 1. du rythme
 2. de la durée
 3. de l'intensité

Mise en pratique :

1. Travail en binôme
2. Corrections personnalisées de la formatrice





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

3. Reprise du protocole complet avec adaptations

Compétences visées :

1. Adapter un protocole en temps réel
2. Construire un soin cohérent et ciblé
3. Remise de l'attestation de fin de formation

18h30 : Bilan de la journée

1. Échanges et retours d'expérience
2. Questions / réponses
3. Auto-évaluation des acquis

JOUR 2

9h30 – 12h30 : Adaptation du Kobido aux stades de vieillissement

Objectifs :

1. Comprendre l'évolution du vieillissement cutané
2. Adapter les soins dans une logique progressive

Contenu :

1. Les différents stades du vieillissement :
 1. prévention
 2. premiers signes
 3. relâchement installé
2. Impacts sur la pratique du Kobido :
 1. choix des manœuvres
 2. intensité
 3. rythme
3. Stratégie de soin :
 1. objectifs court / moyen / long terme

Mise en pratique :

1. Cas pratiques
2. Adaptation d'un protocole selon profil

Compétences visées :

1. Adapter une séance à l'âge et au stade cutané
2. Structurer une prise en charge cohérente

12h30 – 13h30 : Pause déjeuner





13h30 – 16h30 : Création d'un protocole personnalisé

Objectifs :

1. Savoir construire un soin sur mesure

Contenu :

1. Méthodologie de création d'un protocole :
 1. analyse du besoin
 2. choix des techniques
 3. structuration des étapes
2. Construction d'une cure :
 1. fréquence des séances
 2. progression
 3. objectifs

Mise en pratique :

1. Élaboration d'un protocole personnalisé
2. Réalisation d'un soin complet
3. Accompagnement individualisé

Compétences visées :

1. Créer un protocole personnalisé
2. Adapter une cure de soins complète

16h30 – 18h30 : Évaluation et validation des acquis

Remise de l'attestation de fin de formation

Objectifs :

1. Vérifier l'acquisition des compétences

Modalités :

1. Évaluation théorique (questionnaire)
2. Évaluation pratique :
 1. réalisation d'un soin complet
 2. adaptation aux besoins du modèle
3. Observation par la formatrice

Critères d'évaluation :

1. Maîtrise des gestes
2. Fluidité et posture
3. Pertinence des adaptations
4. Cohérence du protocole





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Travail technique

- adaptation des ventouses selon les zones
- fluidité des transitions
- gestion du rythme et du confort de la cliente

Mise en situation professionnelle

- pratique en binôme ou sur modèle
- réalisation du protocole complet dans un temps défini

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 SICSIK, gérante et formatrice

SUIVI DE L'ACTION

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Certificat de réalisation de stage remis 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 à chaud et à froid 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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Intrabuccal

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage intrabuccal aide à relâcher en profondeur les tensions accumulées. Grâce à des gestes techniques précis réalisés aussi bien à l'intérieur de la bouche qu'au niveau du visage, cette méthode offre un travail complet sur la zone traitée.

Ce soin contribue à atténuer les poches, rides et ridules sur le bas et le centre du visage, tout en procurant une sensation intense de bien-être et de relaxation. Il est également particulièrement efficace pour redessiner le contour des lèvres et estomper les plis nasogéniens

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique du massage des muscles profonds du visage
- Maîtriser les indications et contre-indications du massage des muscles profonds du visage
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Public

Tout public

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

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 différentes manœuvres et techniques : pompes lymphatiques, étirements musculaires profonds, drainage
- ✓ 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 :

- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité
- Les indications et contre-indications du massage

Pratique :

• Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations en binôme, savoir faire des pompages au niveau des ganglions des palatines, tonsilles et parotide. Et drainer la lymphe vers les clavicules

Comprendre les muscles et comment les étirer dans quels sens, en respectant la fibre musculaire pour avoir un effet anti-ride

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Pratique en binôme de tout ce qui a été vu en démonstration pour valider la formation
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- 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.





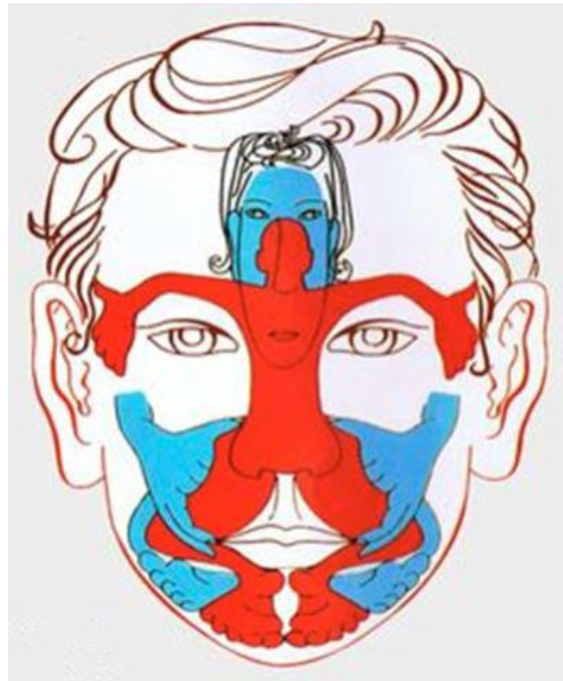
BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

REFLEXOLOGIE FACIALE

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation propose une approche innovante pour enrichir vos compétences en soins esthétiques grâce à des techniques de stimulation faciale non invasives. Vous apprendrez à intégrer des outils et des gestes professionnels dans vos prestations, permettant à votre clientèle de bénéficier de soins ciblés pour améliorer l'apparence et le bien-être de la peau.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- La découverte du visage, de son anatomie, des zones réflexes du visage et du crâne
- Acquérir des compétences pratiques en réflexologie faciale et en techniques anti-rides.
- Apprendre à utiliser des outils spécifiques pour les soins du visage.
- Développer une méthode efficace pour répondre aux besoins esthétiques spécifiques : rougeurs, inflammations, rides.
- Intégrer des techniques professionnelles dans vos prestations de soins esthétiques.

Public

Tout public

Tarif

840 €

Durée

24 heures
soit 3 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 SICSI, 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 différentes techniques de réflexologie faciale : pressions sur zones réflexes, stimulation des points crâniens, techniques anti-rides
- 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 SICSI, 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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Alternance entre théorie et pratique :

- Origines et évolution des techniques de réflexologie faciale.
- Applications actuelles dans les soins esthétiques et bien-être.
- Connaissance de l'anatomie du visage : zones réflexes du visage et du crâne.
- Identification des zones clés pour des soins ciblés.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Alternance entre théorie et pratique :

- Découverte des outils spécifiques (rollers, stimulateurs).
- Techniques d'utilisation en soin esthétique.
- Techniques esthétiques anti-rides : zones et points réflexes pour un effet lifting naturel.
- Protocole d'application pour réduire les rides et améliorer la fermeté de la peau.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique du protocole en duo ou sur modèle.

Fin de la 2^{ème} 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 SICSI, gérante et formatrice

JOUR 3

9h30 – 12h30

Alternance entre théorie et pratique :

- Techniques pour apaiser rougeurs et inflammations.
- Utilisation des zones lymphatiques pour un drainage esthétique (yin et yang).
- Intégration des techniques dans une offre professionnelle.

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 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 à chaud et à froid 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 Spécialiste 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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE LIFTANT ET DRAINANT DES YEUX

Date de mise à jour le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Massage Liftant et Drainant des Yeux est une technique manuelle hautement spécialisée, conçue pour répondre aux attentes croissantes d'une clientèle en quête de résultats visibles sur la zone la plus sensible du visage. Ce soin expert conjugue des manœuvres tonifiantes et des techniques drainantes pour agir en profondeur sur les tissus du contour de l'œil : stimulation musculaire, activation de la microcirculation, drainage lymphatique et détente des tensions faciales. Résultat : un regard lumineux, revigoré, visiblement rajeuni. Cette formation donne les clés pour intégrer une prestation anti-âge différenciante à votre offre, réduire les poches, atténuer les cernes et améliorer durablement l'éclat de la peau de vos clientes. Un savoir-faire rare, très demandé, immédiatement valorisable dans votre pratique professionnelle. Ce soin s'inscrit exclusivement dans une démarche esthétique et bien-être, sans visée thérapeutique ni médicale.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Réaliser le protocole complet du Massage Liftant et Drainant des Yeux avec maîtrise et fluidité
- Maîtriser les manœuvres drainantes, liftantes et tonifiantes spécifiques à la zone périorbitaire
- Comprendre l'anatomie du contour de l'œil : muscles, système lymphatique, vieillissement cutané
- Identifier et appliquer les indications, contre-indications et précautions d'usage du soin
- Adopter une posture professionnelle et une gestuelle fluide, précise et sécurisée
- Conseiller le client sur la cliente et intégrer le soin dans une offre facialiste globale et valorisante

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



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 différentes manœuvres et techniques de massage du contour des yeux
- ✓ 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.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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 avec une approche psychocorporelle

ACCÈS À LA FORMATION

Retrouver les informations sur notre site : [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 :

- L'orbiculaire des yeux
- La glande lacrymale
- Les muscles des yeux
- Le système circulatoire et lymphatique
- Le vieillissement du contour des yeux
- Les poches et les cernes
- Les bienfaits et contre-indications
- Prévention contour des yeux
- Pourquoi le contour des yeux est-il si fragile ?
- Les techniques esthétiques
- Les meilleurs principes actifs pour cette zone
- Les outils
- Commercialisation

Pratique :

- Démonstration des techniques manuelles étapes par étapes en commençant par un massage drainant

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Révision des muscles en même temps qu'on pratique
- Déroulement du modelage avec démonstration des étapes par étapes des libérations des tensions musculaire de l'œil
- Pratique sur modèle

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation pratique tout le long de la formation contrôle théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction
- 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

YOGA DU VISAGE

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



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Notre visage, véritable miroir de nos émotions et de la santé de notre corps, se marque un peu plus au fil du temps. Il est cependant possible d'atténuer les traces du temps grâce à cette méthode naturelle du "bien vieillir".

Le Yoga du visage est basé sur des exercices et postures spécifiques visant à tonifier et détendre les muscles du visage.

Cette méthode vise à raffermir, atténuer les signes de vieillissement et apporter une sensation de bien-être général.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les principes de base du Yoga du visage et ses bienfaits sur la peau
- Maîtriser un enchaînement de "Manœuvres" de Yoga du visage pour améliorer l'apparence et la tonicité faciale
- Être capable d'identifier les muscles du visage et leur rôle dans les expressions faciales
- Comprendre le système lymphatique ainsi que son impact sur la santé de la peau et du visage
- Maîtriser les techniques de respiration et de relaxation nécessaires pour optimiser les exercices faciaux
- Adapter une posturologie en fonction des manœuvres de Yoga du visage.

Public

Tout public

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

aucun

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours 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.

Mme Emmanuelle TARI, professeur certifiée du Yoga du visage.

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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Maîtriser les fascias, les muscles
- Le système lymphatique
- Être capable de maîtriser les préconisations et contre-indications
- Comprendre l'importance de la posturologie dans le yoga du visage.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Démonstration d'un enchaînement auto-massage de Yoga du visage du décolleté, cou et ovale et le reproduire sur soi-même en respectant votre posturologie
- Démonstration de technique pour stimuler le système lymphatique et le reproduire sur soi-même.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Démonstration d'un enchaînement auto-massage du Yoga du visage du milieu du visage et haut du visage et le refaire sur soi-même en respectant votre posturologie.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Protocole complet du visage avec le rituel de relaxation
- Cas pratique : Savoir adapter votre protocole en fonction de votre cliente, les questions que peuvent se poser votre clientèle, comment adapter vos cures, savoir remplir le questionnaire client.

Fin de la dernière 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 à chaud et à froid 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 spécialiste 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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

COURS AUTO-MASSAGE

Date de mise à jour document : le 21/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation a pour objectif de vous apprendre à maîtriser les techniques d'auto-massage mais aussi à transmettre ce savoir à vos clientes, afin qu'elles puissent prolonger les effets de vos soins en cabine.

Vous apprendrez à vendre cette prestation de manière naturelle et professionnelle, et à l'intégrer dans vos cures pour des résultats visibles, durables et personnalisés.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Devenir une experte de l'auto-massage : maîtriser les techniques adaptées au visage, au cou et au décolleté.
- Apprendre à enseigner à vos clientes : savoir expliquer, montrer et corriger les gestes clés du massage liftant.
- Savoir vendre cette prestation : développer un discours de vente convaincant et personnalisé selon le profil de chaque cliente.
- Optimiser vos cures beauté : savoir quand et comment intégrer cette méthode dans vos protocoles pour renforcer les résultats et la fidélisation.

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



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 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

Accueil et introduction

- Présentation de la formation et des participantes
- Recueil des attentes

Comprendre la technique d'auto-massage liftant

- Principes du massage liftant
- Bénéfices (relaxation, tonicité, éclat)
- Zones : visage, cou, décolleté

Apprendre à transmettre à ses clientes

- Comment structurer une explication claire
- Décomposer un geste étape par étape
- Les erreurs fréquentes des clientes

Savoir vendre la prestation

- Identifier les besoins clients
- Adapter son discours
- Mettre en avant les bénéfices de manière naturelle

Intégrer dans une cure

- Quand proposer l'auto-massage
- Comment renforcer les résultats d'un soin
- Fidélisation cliente

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique avec vos modèles comme un atelier avec vos clientes
- Mise en situation réelle
- Expliquer un geste à une cliente
- Faire reproduire
- Corriger avec bienveillance
- Simulation de vente
- Adapter son discours selon le profil
- Présenter l'auto-massage comme complément de cure

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- 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.





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 FACE TAPING

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage face taping, est une technique anti-âge non invasive réalisée en auto-massage du visage. C'est la nouvelle méthode en vogue pour atténuer les rides sans bouger. Comment s'approprier cette technique ? Où acheter le matériel ? Comment le vendre auprès de votre cliente ? Comment faire des ateliers ? Ces bandes de coton équipées de colle à base de gel anti-allergène, sont inspirés de notre peau et de sa capacité élastique. Le massage tape lisse la peau en figeant les muscles « effet botox », ce qui induit à la peau d'éviter des mouvements de mimiques / expressions constants et l'invite à bouger autrement, en donnant d'autres habitudes musculaires.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre la méthode performante pour drainer et sculpter toutes les parties du visage
- Connaître les bienfaits et les contre-indications à considérer pour proposer à vos patients les meilleurs soins,
- A l'issue de la formation, vous serez en mesure de pouvoir expliquer à votre cliente comment le placer sur son visage ou le faire sur elle.

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 SICSI, 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 techniques de massage face taping : pose sur les muscles du visage, méthode drainante et sculptante
- 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 SICSI, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le 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

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Définition du drainage lymphatique
- Les muscles du visage
- Les contres indications
- Méthode de travail en drainage et en sculptage
- Le système sanguin et lymphatique
- Les effets du massage face taping
- Les indications esthétiques.

Pratique :

- Démonstrations et exercices pratiques du visage en méthode drainante et sculptante du massage face taping.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Démonstration de la pause du massage face taping sur chacun des muscles
- Comment expliquer à ces clientes
- Comment organiser un atelier.

Fin de la 1^{ère} 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 remis 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 à chaud et à froid 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 spécialiste 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

EXPERT COU, DECOLLETE ET TRAPEZES

Date de mise à jour document : le 10/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation vous permet d'approfondir des protocoles ciblés sur les zones du buste, du cou et des trapèzes, essentielles à la beauté et à la détente globale du visage.

En relâchant les tensions accumulées dans ces zones souvent contractées, vous favorisez une meilleure oxygénation des tissus, une circulation énergétique fluide, et obtenez ainsi un résultat visible sur l'ovale du visage.

Le travail sur ces zones clés agit à la fois sur la décontraction musculaire et sur la lift dynamique naturelle du visage.

Ce soin devient un complément incontournable de vos protocoles anti-âge et de vos massages esthétiques, apportant à vos clientes une sensation de bien-être immédiate et durable.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Approfondir les techniques de massage spécifiques aux zones du cou, du décolleté et des trapèzes, en respectant l'anatomie et la sensibilité de chaque cliente.
- Comprendre le lien entre ces zones et la tonicité du visage, pour potentialiser vos résultats esthétiques.
- Adapter votre protocole selon les besoins de votre cliente (relâchement, tension, fatigue, perte de tonicité...).
- Savoir présenter et vendre cette prestation, en expliquant ses bénéfices concrets sur le bien-être et la beauté du visage.
- Renforcer votre expertise et votre posture professionnelle, en proposant un soin à forte valeur ajoutée

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



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 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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Connaître les muscles de la zone du cou,
- Comment les travailler et les décontracter à travers le massage de bien-être.
- Démonstration de la zone du décolleté en relaxant la partie du muscle pectoral avec des manœuvres de relaxation puis de décontraction comme des frictions et des lotus.

Pratique :

- Démonstration étape par étape
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie :

- Protocole du cou et du sous mentonnier, révision des muscles de cette partie et comment les travailler, en faisant un protocole relaxant avec effleurage, pression glissée, pétrissage.
- En finissant par une phase drainante
- Protocole trapèzes : Faire tourner la cliente, connaître les muscles de cette zone, comment la travailler et la détendre, avec quelle manœuvre sera-t-il judicieux de le décontracter

Pratique :

- Démonstration étape par étape
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

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 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

CUPPING FACE

Date de mise à jour document : le 15/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Cupping Face est une technique de massage esthétique du visage utilisant différentes formes de ventouses adaptées aux zones faciales. Ce soin associe des manœuvres douces, stimulantes et drainantes afin de dynamiser les tissus, tonifier visuellement le visage et favoriser l'éclat de la peau. Grâce à l'utilisation des ventouses, le massage offre une expérience relaxante tout en travaillant les contours du visage et les tensions faciales. Les différentes tailles et matières de ventouses permettent d'adapter le soin aux besoins de chaque cliente. Ce soin s'inscrit exclusivement dans une démarche esthétique et bien-être, sans visée thérapeutique ni médicale.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Réaliser le protocole complet du soin Cupping Face
- Maîtriser les techniques de manipulation des ventouses visage
- Identifier les indications et contre-indications du soin
- Adapter les manœuvres selon les zones et les besoins de la cliente
- Utiliser les différentes formes et matières de ventouses de manière professionnelle
- Développer une gestuelle fluide, précise et sécurisée
- Intégrer le Cupping Face dans une offre de soins facialistes et esthétiques
- Proposer une prestation innovante et complémentaire à votre clientèle

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 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 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Origine et principes de la technique
- Les objectifs esthétiques du soin
- Les spécificités du travail aux ventouses visage

Connaissances fondamentales

- Les indications et contre-indications
- Présentation des différentes ventouses :
 - tailles,
 - formes,
 - matières,
 - utilisation selon les zones du visage

Méthodologie de travail

- Pression et rythme des mouvements
- Sens des manœuvres
- Précautions d'utilisation
- Préparation de la peau et installation de la cliente

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

Démonstration par la formatrice

- prise en main des ventouses
- techniques de glisse et de stimulation
- enchaînement des différentes étapes du soin

Mise en pratique

- travail en duo ou sur modèle
- apprentissage progressif pas à pas
- corrections individualisées

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

Déroulement complet du soin

- travail des différentes zones du visage :
 - front,
 - joues,
 - contour du visage,
 - ovale,
 - COU





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Travail technique

- adaptation des ventouses selon les zones
- fluidité des transitions
- gestion du rythme et du confort de la cliente

Mise en situation professionnelle

- pratique en binôme ou sur modèle
- réalisation du protocole complet dans un temps défini

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 SICSIK, gérante et formatrice

SUIVI DE L'ACTION

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Certificat de réalisation de stage remis 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 Spécialiste 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

LIFTANT BAMBOU

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



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage liftant aux bambous est une technique de massage bien-être originale utilisant des instruments en bambou pour offrir une **stimulation douce, tonifiante et relaxante du visage**. Grâce à leur forme et à leur souplesse, les bambous permettent de réaliser des manœuvres précises et rythmées, favorisant une **sensation de dynamisation des tissus et de relâchement des tensions**.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner la clientèle dans un cadre professionnel
- Réaliser une fiche de renseignement adaptée
- Maîtriser les techniques spécifiques du massage liftant aux bambous
- Adapter la gestuelle (pression, rythme, précision) selon les besoins du visage
- Connaître les indications et contre-indications du massage
- Construire un protocole de soin structuré dans un temps défini
- Développer assurance, précision et fluidité dans la pratique

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 SICSIK, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours théorique :
- Démonstration pratiques pas à pas
- Livret pédagogique complet remis à chaque participante

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 bambou
- 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 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 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

ACCÈS À LA FORMATION

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





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

Origine et principes du massage liftant aux bambous

Rappels anatomiques du visage :

- principaux muscles
- rôle dans la tonicité et les expressions

Indications et contre-indications du massage

Méthodologie de travail :

- gestuelle drainante
- gestuelle sculptante

Organisation d'un soin :

- installation
- posture du praticien
- préparation du matériel

Démonstration par la formatrice :

- gestes fondamentaux
- prise en main des bambous
- rythme et pression

Exercices pratiques :

- travail du visage en techniques drainantes
- premières manœuvres sculptantes

Pratique en binôme

Corrections individualisées

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée

- Démonstration :
 - techniques liftantes
 - effet "push-up" du visage
 - enchaînement des gestes

Mise en pratique complète

- Réalisation du protocole en binôme
- Fluidité et coordination des gestes
- Adaptation au modèle
- Gestion du temps de soin

Validation des acquis

Contrôle de connaissance théorique et pratique

- 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 le certificat de réalisation 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE ENERGETIQUE DU VISAGE

Date de mise à jour document : le 29/09/25



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le visage est une zone hautement sensible, à la fois expressive, émotionnelle et énergétique. Il est le reflet de notre état intérieur, de notre système nerveux et de notre équilibre global.

Le massage énergétique du visage est un soin doux et profond qui agit à la fois sur les tissus, les méridiens énergétiques et le système nerveux autonome.

Ce soin repose sur un toucher conscient, des pressions ciblées, des mouvements lents et enveloppants, ainsi que des mouvements en forme de 8, favorisant l'harmonisation des polarités et la régulation du système nerveux sympathique et parasympathique.

Le massage énergétique du visage procure une détente profonde, libère les tensions émotionnelles accumulées au niveau du visage, de la mâchoire et du front, et favorise un état de relâchement global.

Il améliore la circulation énergétique, redonne de l'éclat au teint, détend les traits et soutient l'équilibre corps-esprit.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les bases de l'énergétique appliquée au visage
- Identifier les zones de tensions émotionnelles et nerveuses du visage
- Appréhender le lien entre système nerveux, énergie et toucher
- Réaliser un protocole complet de **massage énergétique du visage de 30 minutes**
- Adapter la pression, le rythme et l'intention du toucher
- Intégrer le mouvement en 8 dans le soin énergétique du visage

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 SICSIK, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours théorique : origines, bienfaits et contre-indications
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

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 et présentation
- Préparation physique et énergétique du praticien

Théorie :

- Le massage énergétique du visage : origine, principes et objectifs
- Notions d'énergétique et de système nerveux autonome
- Le visage comme zone émotionnelle et réflexe
- Le toucher conscient et l'intention dans le soin

Pratique :

- Découverte du protocole de massage énergétique du visage
- Apprentissage des premières manœuvres et enchaînements

12h30 – 13h30 : REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Apprentissage complet du protocole de massage énergétique du visage
- Intégration du mouvement en 8 sur le visage
- Travail sur les zones clés : front, tempes, sillons, pommettes, mâchoire
- Fluidité, rythme et adaptation du soin

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : évaluation pratique continue et théorique
- Échanges, ressentis et retours d'expérience
- Questionnaire de satisfaction
- Remise du 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 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'une certification « 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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

LIFTANT THAÏLANDAIS

Date de mise à jour document : le 11/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le thaïlandais est issu de massage liftant asiatique combiné avec un stylet en bois pour stimuler le collagène et l'élastine de la peau.

Nous apprendrons une séquence complète d'une trentaine de techniques. Il est varié, agréable à donner et à recevoir. Il agit aussi bien au niveau énergétique que relaxant et il est utilisé avec un stylet pour stimuler de façon énergétique le muscle

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- > Aménager votre espace de massage et avoir tout le nécessaire à disposition
- > Installer la personne massée confortablement
- > Acquérir une posture adaptée en massant ; reposante, revigorante et diligente
- > Maîtriser la technique du stylet
- > Développer la qualité de votre toucher en massant
- > Peu à peu percevoir et (res)sentir naturellement les muscles du visage
- > Décupler la sensibilité au bout de vos doigts grâce à 3 exercices
- > 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 che de la Destourbe
06800 Cagnes-sur-Mer



PRÉ-REQUIS

Aucun Pré-requis

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





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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 avec une approche psychocorporelle.

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 et pratique :

Présentation du stylet :

- rôle,
- utilisation,
- spécificités

Les objectifs du modelage :

- relaxation,
- tonification,
- éclat du visage

Rappels sur la peau et le vieillissement cutané (approche esthétique)

Préparation du poste de travail et installation de la cliente

Pratique guidée

Démonstration par la formatrice

- prise en main du stylet
- positionnement des mains
- rythme et fluidité des gestes
- adaptation de la pression

Exercices sensoriels

- Développement de la sensibilité des doigts
- Travail de perception des reliefs et muscles du visage
- Exercices de précision et de coordination

Pratique en binôme ou sur modèle

- apprentissage progressif des techniques
- travail des différentes zones du visage
- enchaînement des manœuvres

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Mise en pratique intensive

Déroulement du protocole complet

- Révision des techniques apprises
- Enchaînement des différentes étapes du modelage
- Gestion du rythme et du temps de soin
- Fluidité et précision des gestes

Mise en situation professionnelle

- Pratique en duo ou sur modèle
- Adaptation du soin selon la cliente
- Travail sur :
 - la posture, l'écoute et la qualité de la présence





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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

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 « 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.



FORMATIONS FACIALISTE

rituels visage



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

RITUEL BALINAIS

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Rituel Visage Éclat s'inspire des traditions ancestrales balinaises, reconnues pour leurs techniques de beauté et de relaxation profondément harmonisantes. Ce soin complet associe nettoyage de peau, gestuelle relaxante et manœuvres stimulantes afin de raviver l'éclat naturel du teint tout en procurant une profonde sensation de bien-être. Véritable parenthèse sensorielle, ce rituel agit sur la détente du visage, de la nuque et du cuir chevelu tout en apportant un effet "bonne mine" immédiat. Cette formation vous permettra d'intégrer une prestation visage relaxante et lumineuse, idéale pour enrichir votre carte de soins et fidéliser votre clientèle.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser un rituel visage inspiré des techniques balinaises
- Associer nettoyage de peau, modelage et relaxation dans un soin complet
- Réaliser un protocole fluide, structuré et professionnel
- Adapter les manœuvres selon les besoins et la sensibilité de la cliente
- Apporter un effet éclat et une sensation de détente immédiate
- Développer une qualité de toucher relaxante et enveloppante
- Créer une expérience sensorielle favorisant le bien-être et la fidélisation clientèle
- Conseiller la cliente sur l'entretien de l'éclat et du confort de la peau

Public

Tout public

Tarif

310€

Durée

8 heures soit 1 jour de
formation de 8
heures

Lieu

11 che de la Destourbe
06800 Cagnes-sur-Mer



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 différentes manœuvres : techniques balinaises, effleurage, pressions, gestes relaxants
- 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.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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 avec une approche psychocorporelle.

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 :

Découverte du rituel balinais visage

- Origines et histoire du rituel balinais
- Philosophie du soin et approche bien-être
- Les bienfaits du rituel visage éclat
- Les indications et précautions

Connaissance de la peau

- Les besoins essentiels de la peau
- Les étapes préparatoires du soin
- Le démaquillage et le nettoyage de peau
- Le gommage visage et ses bienfaits
- Les produits adaptés selon les types de peau

Démonstration pratique

Présentation du protocole complet

- Techniques de relaxation visage
- Gestuelles enveloppantes et drainantes
- Travail de la nuque et du cuir chevelu
- Enchaînement des différentes étapes du soin

12h30 – 13h30 REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Mise en pratique

- Pratique en duo ou sur modèle
- Réalisation du protocole étape par étape
- Travail de la posture et de la fluidité des gestes
- Adaptation du soin selon les besoins de la peau

Approche sensorielle du soin

- Développer une qualité de toucher relaxante
- Travailler le rythme et la douceur des manœuvres
- Créer une expérience bien-être globale

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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

RITUEL AUX SAVEURS HAWAIIENNES

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Partez au bout du monde avec un gommage du corps sucré/salé à la Fleur de tiaré, puis laissez-vous bercer au rythme des vagues avec un délicieux rituel hawaïen.

Lomi veut dire masser, frotter, presser, pétrir et caresser. En hawaïen, lorsqu'une voyelle ou un mot sont répétés, cela signifie une intensité et une importance particulière.

Évoquant à lui seul les plaisirs ensoleillés de cet archipel paradisiaque, mettez à votre carte se nouveau rituel avec un protocole hawaïen visage

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre et maîtriser un nouveau rituel de soin du visage inspiré des techniques Hawaïennes
- Associer nettoyage, modelage et relaxation pour une approche globale du bien-être et de la beauté.
- Apporter un effet coup d'éclat immédiat tout en stimulant la vitalité cutanée.
- Offrir une expérience sensorielle unique favorisant la fidélisation et la satisfaction de vos clientes.

Public

Tout public

Tarif

310€

Durée

8 heures soit 1 jour de
formation de 8
heures

Lieu

11 che de la Destourbe
06800 Cagnes-sur-Mer



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 différentes manœuvres : gestes hawaïens longs et enveloppants, pressions rythmées, gommage et modelage corps-visage
- 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 :

- Le massage Lomi-Lomi hawaïen : origines, philosophie et fondements culturels
- Histoire et transmission de cette pratique ancestrale polynésienne
- Spécificités du Lomi-Lomi : amplitude des gestes, fluidité, connexion corps-esprit
- Bienfaits du rituel : détente profonde, stimulation circulatoire, effet éclat immédiat
- Protocole de préparation de la peau : démaquillage et gommage aux saveurs hawaïennes
- Démonstration complète du protocole par la formatrice : enchaînements et gestes clés

Pratique :

- Mise en pratique guidée : apprentissage pas à pas du protocole visage hawaïen, découverte des enchaînements et intégration des gestes caractéristiques

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

-Pratique approfondie en duo ou sur modèle : réalisation autonome du protocole complet
-Maîtrise des enchaînements, du rythme et de la fluidité propres au Lomi-Lomi

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique, contrôle pratique continue
- Échanges et débriefing collectif : ressentis, retours d'expérience et conseils personnalisés
- 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.





BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n°93.06.08454.06**
Représenté par Béatrice SICSIK, 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

Tout public

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

Aucun prérequis.

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 remis 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.



PROGRAMMES FORMATIONS

Massages Minceur

CURSUS

Devenir spécialiste minceur



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

CURSUS MINCEUR

Date de mise à jour document : le 12/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Vous désirez aider et apporter un plus à votre clientèle pour l'aide à la minceur la formation spécialiste Minceur est pour vous.

Cette formation s'adresse à tous, professionnels de l'esthétique, des masseurs et des kinésithérapeutes.

Cette formation vous permettra d'avoir les clés en main pour diagnostiquer chaque forme de cellulite et d'adaptés vos soins en fonction de chacune.

Cette formation pourra vous permettre de faire un traitement appliqué dans le cadre de cure minceur.

Il a pour but de lutter contre la cellulite en exécutant les techniques du massage anticellulite aqueuse, fibreuse, adipeuse ou mixte par les techniques qui leur correspondent :

Palper rouler manuel, des drainages, des ventouses, des enveloppements, des gommages, des techniques sculptantes, de la madérothérapie, des bambous, des appareils, ...

Cette formation est bien plus que de l'esthétique. Vous apprendrez à reconnaître la cellulite à en comprendre les causes, le fonctionnement et les dangers pour votre santé.

Vous apprendrez à monter un dossier spécifique pour chacun de vos clients ainsi qu'à les informer sur les habitudes de vie saines.

Savoir conseiller une cure, comment la vendre et comment faire le suivi.

Pour pouvoir y accéder je vous propose un cycle de formation initiale qui comporte **120 heures d'enseignements**. Il vous faudra ensuite attester de 90 heures de pratique auprès de la clientèle.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Elaborer des protocoles minceurs avec des gommages spécifiques et enveloppements ses soins complémentaires
- Optimiser les résultats de votre massage minceur
- Elaborer une carte de menu Minceur
- Les dangers de certains régimes
- Comment perdre du ventre, comment cibler cette zone en
- A élaborer une carte de soin minceur
- Les aides à la minceur, huiles essentielles et compléments alimentaires
- Le sport qui aidera vos clientes à perdre le plus
- Les appareils à l'aide à la minceur, ce qui marche vraiment !
- Apprendre les notions fondamentales de morphologies, de poids « idéal » (en termes de santé !).
- Comprendre les régimes et coaching dont vos clientes seront susceptibles de vous parler,
- Savoir l'attitude juste dans l'accompagnement de vos clients par rapport à votre discours dans le fond et dans sa forme.
- Apprendre ce qu'est un comportement alimentaire compulsif et l'attitude d'un praticien de bien être pour évoquer cela de façon douce et bienveillante.
- Comment gérer les prises de poids du au stress
- Comment mettre en place dans votre institut ou centre et comment élaborer vos tarifs
- Devenir un pro de la minceur.

Public

Tout public

Tarif

4 455 €

Durée

120 heures
soit 15 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 SICISIC, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun

ADMISSION

Renvoyer le bulletin d'inscription, la convention de formation et le règlement intérieur, complétés et signés.
Un acompte de 1 500,00 € est demandé

- Coût total de la formation 4 455,00 €, possibilité de payer en dix fois.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

1/ Modalités et méthodologie : 10 modules

- Formation en présentiel
- Cours théoriques
- Exercices pratiques
- Déroulé pédagogique

2/ Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à Word et à Power point, vidéo
- Matériel fourni
- 6 stagiaires maximum par session avec travail en binôme
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des manœuvres petit à petit
- Débriefing, Questions/Réponses
- Feedback

MOYENS HUMAINS

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

Béatrice SICISIC, 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 avec une approche psychocorporelle.

DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

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

A 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

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 chaque module :

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

Après chaque module :

- 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

ACCÈS À LA FORMATION

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





CONTENU DE LA FORMATION

MODULE 1 - 2 jours - 16h

DRAINAGE LYMPHATIQUE ESTHETIQUE VODDER



Le drainage lymphatique Vodder est un massage lent et doux destiné à relancer la circulation de la lymphe, un liquide incolore qui circule dans les vaisseaux lymphatiques et qui draine les toxines et les débris cellulaires. Concrètement, il consiste à effectuer des pressions circulaires lentes et régulières sur la peau avec les doigts et la paume des mains sur l'ensemble du corps, en suivant le sens de la circulation lymphatique et en variant la pression :

- Apprendre la méthode performante du Drainage lymphatique Vodder, et ses manœuvres spécifiques sur le buste, le corps,
- Les bienfaits et les contre-indications à considérer pour proposer à vos patients les meilleurs soins,
- A l'issue de la formation, vous serez en mesure de pratiquer un massage lymphodrainant manuel.

MODULE 2 - 2 jours - 16h

DRAINAGE LYMPHATIQUE BRÉSILIEN

Le massage brésilien fait partie des pratiques brésilienne et aujourd'hui, le monde entier profite de ses bienfaits. Les vertus du massage brésilien contre la cellulite ne sont plus à prouver. En utilisant les bons gestes et en octroyant la force nécessaire à l'élimination de la cellulite, c'est un massage bien efficace pour retrouver une silhouette à 0g de graisse :

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du drainage lymphatique brésilien
- Maîtriser les indications et contre indications
- Connaître le système lymphatique
- Écouter les besoins du client, savoir reconnaître si la cliente peut avoir un résultat immédiat ou non.





MODULE 3 - 1 jour- 8h **BRESILIEN SCULPTANT**

Le massage brésilien fait partie des pratiques de la population et aujourd'hui, le monde entier profite de ses bienfaits. Les vertus du massage brésilien contre la cellulite. En utilisant les bons produits et en octroyant la force nécessaire à l'élimination de la cellulite, c'est un massage bien efficace pour retrouver une silhouette à 0g de graisse.

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du sculptant brésilien
- Maîtriser les indications et contre indications
- Adapter sa pression pour sculpter le corps
- Écouter et entendre les besoins du client.

MODULE 4 - 1 jour - 8h **MASSAGE MINCEUR PALPER ROULER**



Indispensable pour lutter contre la cellulite par la technique du palper rouler manuel. Cette technique a fait ses preuves depuis de nombreuses années.

Le massage minceur palper rouler est une technique de massage manuel par pétrissage, permettant de casser les cellules graisseuses (cellulite), de raffermir la peau et de la tonifier.

- Maîtriser le protocole de palper-rouler manuel esthétique
- Avoir les connaissances anatomiques et physiologiques liées à la pratique du palper-rouler manuel esthétique
- En connaître les objectifs, les règles, les bienfaits, les indications et contre-indications.

MODULE 5 - 1 jour - 8h **MASSAGE CALIFORNIEN**



Ce soin de 50 minutes, idéal à pratiquer sur les personnes qui ont mal aux jambes et qui ont la sensation de jambes lourdes est destiné à activer la microcirculation des pieds et des jambes tout en procurant une sensation de bien-être.

L'association des techniques utilisées (du pied jusqu'aux genoux), des huiles essentielles spécifiques et des galets froids laisse à la personne massée une sensation de jambes légères et fraîches. A la fois court et financièrement abordable, ce soin sera idéalement proposé sous forme de forfait : votre client(e) pourra ainsi bénéficier régulièrement de ses vertus drainantes et stimulantes, pour une efficacité accrue et des résultats visibles.

- Maîtriser le protocole pratique et les concepts théoriques du modelage Californien
- Maîtriser les indications et contre indications du modelage Californien
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Elaborer son protocole dans un temps défini.

MODULE 6 - 1 jour - 8h
GOMMAGE & ENVELOPEMENT MINCEUR



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.

- 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.

MODULE 7 - 2 jours - 16h
MODELAGE AU BAMBOU



Le modelage au bambou est traditionnel des pays asiatiques. Il a la particularité de réduire l'aspect peau d'orange. C'est merveilleux soin drainant et tonifiant ! Le bambou constitue l'élément idéal pour un massage redynamisant, il est à la fois symbole de souplesse et de robustesse, est plus qu'un simple objet. Présente partout en Asie, cette plante de la famille des graminées est considérée comme un végétal spécial. Symbole de la solidité et de la constance en Chine, plante porte bonheur dans la traduction du Feng Shui, sacrée au Japon, utilisé dans de nombreux domaines artistiques : musique, calligraphie, peinture. Le bambou a donc naturellement trouvé sa place dans le massage en donnant à la main une autre façon de s'exprimer.

- Maîtriser les techniques de postures et de gestes du modelage que ce soit en techniques relaxante et amincissante
- Connaître l'hypoderme
- Savoir utiliser des bambous de différentes tailles
- Elaborer un protocole dans un temps défini.

MODULE 8 - 1 jour - 8h
MASSAGE MINCEUR AUX VENTOUSES



La ventouse anticellulite est inspirée des ventouses utilisées depuis des siècles dans la médecine traditionnelle chinoise pour lutter contre les douleurs diverses (musculaires, articulaires, gynécologiques...) ou les maladies de peau. Elle est fabriquée à partir de silicone médical hypoallergénique (sans plastique, phtalate ou PVC) et reproduit le même effet sur la peau que le geste du palper-rouler pratiqué en institut pour enlever la cellulite.

- Comprendre le métabolisme de la cellulite
- Apprendre les techniques d'amincissement et d'élimination
- Maîtriser le travail.

MODULE 9 - 2 jours - 16h
MADERO-METALTHERAPIE CORPS



La Madéro-Métaltherapie est une technique ancestrale d'origine colombienne qui consiste à réaliser un massage à l'aide d'instruments en bois et en métal de différentes formes, tailles et conceptions qui s'adaptent aux différentes parties du corps permettant la stimulation permet d'affiner et tonifier le corps, de traiter la cellulite en réduisant l'accumulation des graisses, de modeler le contour corporel, d'activer la rénovation cellulaire et réduire le niveau de stress. L'avantage d'utiliser des instruments en bois et en métal de formes spéciales est de permettre une pression plus intense et depuis peu la Métaltherapie a fait sa sortie pour faire autant impression que la Madéro.

- Apprendre les origines et les aspirations de cette technique
- Pratiquer un massage amincissant avec la méthode « Madéro et métaltherapie » en utilisant les techniques spécifiques et les accessoires en bois et métal de formes différentes
- Pratiquer le pétrissage et les torsions
- Faire un bilan minceur
- Connaitre les différents types de cellulite et choisir les huiles adaptées
- Se positionner en respectant l'ergonomie.

MODULE 10 - 2 jours - 16h **DEVENIR UNE PRO DES CURES MINCEURS**



Découvrez la méthode pour vendre des cures minceur en centre de beauté, dépasser les freins psychologiques face à la vente de forfaits amincissants, fidéliser les clientes par l'obtention de résultats minceur visibles.

Découvrez la méthode pour vendre des cures minceur en institut de beauté avant l'été !!.

- Elaborer des cures spécifiques en fonction de leur type de cellulite
- Elaborer un diagnostic
- A élaborer une carte de soin minceur
- Savoir l'attitude juste dans l'accompagnement de vos clients par rapport à votre discours dans le fond et dans sa forme.
- Comment mettre en place dans votre institut ou centre et comment élaborer vos tarifs
- Devenir un pro de la vente de la minceur.

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations 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'un certificat de réalisation « 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.

MASSAGES MINCEUR

Drainants



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DRAINAGE LYMPHATIQUE ESTHETIQUE METHODE VODDER

Date de mise à jour document : le 13/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Très apprécié pour sa sensation de légèreté et de confort corporel, ce drainage esthétique manuel est également recherché dans le cadre de l'accompagnement bien-être après certaines périodes de fatigue tissulaire ou de sensation de gonflement.

Grâce à ses manœuvres douces et rythmées, il favorise une sensation de décongestion, de légèreté et de détente globale.

Il est particulièrement apprécié par les personnes sujettes :

- aux sensations de jambes lourdes,
- aux sensations de gonflement,
- à la rétention d'eau d'origine non médicale,
- au besoin de confort et de relaxation corporelle.

Ce soin s'inscrit exclusivement dans une démarche esthétique et bien-être et ne remplace en aucun cas un suivi médical ou paramédical

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre la méthode performante du Drainage lymphatique Vodder, et ses manœuvres spécifiques sur le buste, le corps,
- Les bienfaits et les contre-indications à considérer pour proposer à vos patients les meilleurs soins,
- A l'issue de la formation, vous serez en mesure de pratiquer un massage lymphodrainant manuel.

Public

Tout public

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

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 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.



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



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 avec une approche psychocorporelle.

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





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Introduction au drainage esthétique méthode Vodder

- Origine et principes de la méthode
- Les spécificités du drainage manuel :
 - lenteur,
 - douceur,
 - régularité des mouvements

Connaissances fondamentales

- Bases du système lymphatique et circulatoire (approche esthétique simplifiée)
- Les indications et contre-indications
- Les bienfaits du drainage esthétique manuel
- Les précautions et règles d'hygiène

Méthodologie de travail

- Pression adaptée et rythme des manœuvres
- Positionnement des mains
- Posture du praticien
- Préparation de l'espace de travail

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Démonstration par la formatrice

- Techniques spécifiques :
 - ventre,
 - jambes avant
- Démonstration :
 - des manœuvres,
 - des enchaînements,
 - du rythme de travail

Mise en pratique

- Travail en binôme ou sur modèle
- Corrections individualisées
- Fluidité et coordination des gestes
- développer précision, douceur et qualité du toucher

Fin de la 1^{ère} journée :

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





JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique guidée

Démonstration :

- jambes arrière
- fessiers
- fluidité des transitions

Mise en pratique

- Travail du rythme et de la régularité
- Adaptation des manœuvres selon les zones
- Qualité de présence et confort de la cliente

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Démonstration avancée

- Travail :
 - taille,
 - dos,
 - bras,
 - buste
- Enchaînement global du protocole
- Gestion du temps de soin

Mise en situation professionnelle

- Réalisation du drainage complet
- Adaptation au modèle
- Travail de fluidité et de précision

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 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'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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DRAINAGE LYMPHATIQUE BRÉSILIEN

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



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Inspiré des techniques corporelles brésiliennes, le massage drainant brésilien esthétique est une méthode dynamique associant des manœuvres rythmées, tonifiantes et drainantes afin de favoriser une sensation de légèreté et de remodelage de la silhouette.

Très apprécié pour son effet visuel immédiat, ce massage vise à :

- affiner visuellement certaines zones du corps,
- améliorer l'aspect de la peau,
- procurer une sensation de légèreté,
- dynamiser les tissus grâce à des techniques spécifiques.

Le protocole combine des mouvements rapides, précis et fluides permettant un travail esthétique global du corps.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole technique du massage drainant brésilien esthétique
- Comprendre les bases théoriques liées au travail drainant et remodelant du corps
- Identifier les indications et contre-indications du massage
- Connaître les bases du système lymphatique et circulatoire dans une approche esthétique et bien-être
- Adapter les manœuvres selon les besoins, la morphologie et les attentes de la cliente
- Réaliser un massage fluide, rythmé et structuré sur l'ensemble du corps
- Développer une posture professionnelle et une qualité d'écoute adaptées à la clientèle
- Conseiller la cliente sur l'entretien des résultats et l'accompagnement en cure esthétique

Public

Tout public

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 SICSI, 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 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.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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 avec une approche psychocorporelle.

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

Accueil, tour de table, présentation

Le massage drainant brésilien esthétique

- Origines et spécificités de la méthode
- Les objectifs du massage :
 - sensation de légèreté,
 - remodelage esthétique,
 - dynamisation des tissus

Connaissances essentielles

- Les indications et contre-indications
- Bases du système lymphatique et circulatoire (approche esthétique simplifiée)
- Les différentes zones de travail du corps
- Présentation des produits et du matériel utilisés

Méthodologie de travail

- Rythme et fluidité des gestes
- Pression et adaptation selon les zones
- Posture et ergonomie du praticien

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Démonstration par la formatrice

- Techniques drainantes et sculptantes :
 - ventre,
 - jambes avant
- Apprentissage :
 - du rythme,
 - des enchaînements,
 - de la fluidité gestuelle

Mise en pratique

- Travail en binôme ou sur modèle
- Corrections individualisées
- Gestion du confort de la cliente

Objectif :

développer coordination, précision et fluidité

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

Pratique guidée

Démonstration :

- jambes arrière
- fessiers
- techniques sculptantes et drainantes adaptées

Mise en pratique

- Travail du rythme et de la posture
- Fluidité des transitions
- Adaptation des manœuvres selon les zones

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Démonstration avancée

- Travail :
 - taille,
 - dos,
 - bras
- Enchaînement global du protocole
- Gestion du temps de soin

Mise en situation professionnelle

- Réalisation du massage complet
- Adaptation aux besoins de la cliente
- Qualité de présence et posture professionnelle

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 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'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.



MASSAGES MINCEUR

et outils spécifiques



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

BRESILIEN SCULPTANT

Date de mise à jour document : le 12/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage sculptant brésilien est une technique de remodelage corporel inspirée des pratiques esthétiques brésiliennes reconnues dans le monde entier pour leurs effets tonifiants et drainants. Cette méthode dynamique associe des manœuvres profondes, rythmées et ciblées afin de favoriser la circulation, lisser l'aspect de la peau et aider à réduire l'apparence de la cellulite. Grâce à l'utilisation de techniques spécifiques et de produits adaptés, ce massage contribue à affiner la silhouette, stimuler le système lymphatique et procurer une sensation de légèreté et de bien-être.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole complet du massage sculptant brésilien.
- Comprendre les fondements théoriques et les mécanismes d'action du massage.
- Identifier les indications et contre-indications afin de pratiquer en toute sécurité.
- Adapter la pression, le rythme et les manœuvres selon les besoins et la morphologie du client.
- Reconnaître les différents types de cellulite et adapter le travail de sculptage.
- Réaliser un massage fluide, structuré et professionnel sur l'ensemble du corps.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute active et le bien-être du client.
- Conseiller le client sur l'entretien des résultats et l'hygiène de vie.

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 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 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.



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



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 avec une approche psychocorporelle.

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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

Origines et principes du massage sculptant brésilien

- Histoire et inspirations de la méthode
- Philosophie du remodelage corporel
- Différences entre drainage, remodelage et massage relaxant

Anatomie et compréhension du corps

- Structure de la peau : épiderme, derme et hypoderme
- Fonctionnement du système lymphatique et circulatoire
- Les différentes formes de cellulite : adipeuse, aqueuse et fibreuse

Bienfaits et indications

- Amélioration de la circulation sanguine et lymphatique
- Effets sur la tonicité et l'apparence de la peau
- Sensation de légèreté et détente musculaire
- Conseils complémentaires pour optimiser les résultats

Contre-indications et précautions

- Contre-indications absolues et relatives
- Hygiène, sécurité et installation du poste de travail
- Posture professionnelle et ergonomie de travail

Méthodologie de travail

- Rythme, pression et fluidité des manœuvres
- Gestion de la respiration et de l'énergie du praticien
- Préparation du client et du matériel

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Démonstration complète du protocole

- Présentation détaillée des manœuvres
- Explication des objectifs de chaque étape
- Démonstration des techniques de sculptage et de drainage

Travail des différentes zones du corps

- Abdomen et taille
- Hanches et fessiers
- Cuisses avant et arrière
- Bras
- Dos et taille





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Techniques abordées

- Pétrissages profonds
- Manœuvres drainantes
- Palper-rouler esthétique
- Lissages et techniques de finition
- Techniques de tonification et remodelage

Mise en pratique

- Exercices en binôme
- Pratique encadrée sur modèle
- Correction des postures et des gestes
- Adaptation de la pression selon la zone travaillée
- Fluidité et enchaînement du protocole

Fin de la 1^{ère} 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 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'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.





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 MINCEUR PALPER ROULER

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage minceur palper roulé est une technique de massage manuel par pétrissage, permettant de casser les cellules graisseuses (cellulite), de raffermir la peau et de la tonifier.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole de palper-rouler manuel esthétique
- Avoir les connaissances anatomiques et physiologiques liées à la pratique du palper-rouler manuel esthétique
- En connaître les objectifs, les règles, les bienfaits, les indications et contre-indications.

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 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 techniques de palper-rouler : saisie des tissus, torsion, pression glissée et drainage
- 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 le 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

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage minceur palper rouler
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou en binôme pas à pas

- Déroulement du modelage du ventre et des jambes les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou en binôme pas à pas

- Déroulement du modelage du dos et des bras avec les diverses étapes et illustrations.

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 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 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'un certificat de réalisation « 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE JAMBES LOURDES

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Ce soin de 50 minutes, idéal à pratiquer sur les personnes qui ont mal aux jambes et qui ont la sensation de jambes lourdes est destiné à activer la microcirculation des pieds et des jambes tout en procurant une sensation de bien-être.

L'association des techniques utilisées (du pied jusqu'aux genoux), des huiles essentielles spécifiques et des galets froids laisse à la personne massée une sensation de jambes légères et fraîches. A la fois court et financièrement abordable, ce soin sera idéalement proposé sous forme de forfait : votre client(e) pourra ainsi bénéficier régulièrement de ses vertus drainantes et stimulantes, pour une efficacité accrue et des résultats visibles.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre les techniques de base pour pratiquer un soin jambes lourdes dans un cadre professionnel
- Savoir pratiquer ce massage sur un protocole de 50 minutes et savoir utiliser les galets froids suivant des techniques spécifiques
- Elaborer un protocole dans un temps défini.

Public

Esthéticienne

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 SICISIC, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Exercer ou être en cours de formations dans le domaine de l'esthétique.

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 techniques jambes légères : drainage doux, utilisation des galets froids, enveloppement froid
- 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 SICISIC, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le 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

Accueil des participantes

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

Apports théoriques

- Présentation du soin jambes légères :
 - objectifs du soin
 - spécificités (massage + froid)
- Notions de confort des jambes :
 - sensation de jambes lourdes
 - facteurs favorisant l'inconfort (station debout, chaleur...)
- Rappels sur la circulation (approche bien-être simplifiée)
- Indications et contre-indications
- Présentation du matériel :
 - huiles de massage
 - galets froids
 - produits d'enveloppement

Pratique guidée – Phase 1

Démonstration par la formatrice :

- installation de la cliente
- posture du praticien
- premiers gestes de contact

Apprentissage pas à pas :

- travail du pied
- techniques de drainage doux
- remontée vers la cheville

Travail sur :

- la pression
- la lenteur
- la fluidité

Pratique en binôme avec corrections individualisées

12h30 – 13h30

REPAS





13h30 – 18h30

Pratique guidée Phase 2

Démonstration :

- travail du mollet
- enchaînement des manœuvres drainantes
- rythme et fluidité du protocole

Utilisation des galets froids

- présentation des galets
- techniques d'application
- intensité et durée
- intégration dans le protocole

Objectif : renforcer la sensation de légèreté et de fraîcheur

Apprentissage de l'enveloppement froid

- présentation des produits utilisés
- indications
- méthode d'application
- temps de pose
- gestion du confort client

☞ Intégration de l'enveloppement dans le soin global

Mise en pratique complète

- réalisation du protocole entier :
 - massage jambes
 - galets froids
 - enveloppement
- gestion du temps (50 minutes)
- fluidité et enchaînement

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 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 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'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.





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 MINCEUR VENTRE REMODELANT

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage ventre remodelant est un soin complet qui permet de réduire le tour de taille, décongestionner et dégonfler le ventre, tout en offrant un effet liftant visible. Il agit en profondeur sur les tensions, les déséquilibres et les inconforts digestifs, procurant une véritable sensation de légèreté et de bien-être immédiat.

Ce soin s'adapte aux différents types de ventres :

- ventre « bouée »
- ventre hormonal
- ventre lié au stress et aux tensions émotionnelles
- ventre gonflé ou congestionné
- ventre post-grossesse

Vous apprendrez à personnaliser afin de répondre aux besoins spécifiques de la cliente.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Découverte et apprentissage du massage remodelant ventre
- Maîtriser les enchaînements des manœuvres de ce soin remodelant de la taille et du ventre
- Remodeler la taille et le ventre en une seule séance
- Maîtriser les effets désinfiltrants et détoxifiants et regalbant du soin
- Compléter sa carte de soins amincissants
- Identifier les **différents types de ventres** (hormonal, stress, bouée...)
- 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 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 techniques de massage ventre remodelant : pétrissage, mouvements sculptants et drainage
- 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 :

- Le massage ventre remodelant
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité
- Explication du fonctionnement de la peau, du corps et de la cellulite

Pratique :

- Apprentissage des différentes postures du donneur pour bien réaliser le soin
- Apprentissage des différents touchers, de la localisation des manœuvres, du type des manœuvres et de leurs effets sur la peau et le corps
- Démonstration étape par étape
- Pratique en duo ou en binôme pas à pas

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Apprentissage par séquence des manœuvres liftant et remodelant du ventre
- Savoir faire des fiches diagnostic/conseils
- Fidéliser sa clientèle en proposant des forfaits et des offres commerciales

Fin de la 1^{ère} 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 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'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.





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 TUINA MINCEUR

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Tuina minceur est un massage qui favorise l'amincissement grâce à un mélange de différentes techniques qui ciblent les zones sensibles telles que le ventre, les cuisses, les hanches, le bas du dos, la nuque, les bras, les fesses... Ce massage alterne les pressions sur les points de digitopuncture, des frictions pour relancer la circulation sanguine, de palper rouler, et du passage de la ventouse. Il réduit la cellulite, affine la silhouette, apporte de la fermeté et améliore la souplesse et la qualité de la peau. Il permet aussi de lutter contre les ballonnements et la rétention d'eau. En plus, il élimine les toxines et améliore le fonctionnement du métabolisme et du transit.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique du Tuina minceur
- Maîtriser les indications et contre-indications du Tuina minceur
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme.

Public

Tout public

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 SICSIC, 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 techniques Tuina minceur : pressions digitales, pétrissage, percussion et techniques sur méridiens
- 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 SICSIC, 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Les origines du Tuina
- Pourquoi ce massage plutôt qu'un autre
- Les bienfaits et contre-indications
- La méthode de travail
- Le système sanguin et lymphatique
- Comment en parler et comment le vendre ?
- La diététique chinoise
- La théorie des cinq éléments
- Les points de détox et de minceur.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement et démonstration étape par étape du modelage avec les diverses étapes ventre et jambes de devant, et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement et démonstration du modelage avec les diverses étapes jambes de derrière et fesses, et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement et démonstration du modelage avec les diverses étapes taille, dos et bras, et illustrations
- Déroulement et démonstration des points détox et minceur avec les diverses étapes de toutes les parties du corps , et illustrations.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Fin de la dernière 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

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 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'un certificat de réalisation « 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.





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 MINCEUR AUX VENTOUSES

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La ventouse anti-cellulite est inspirée des ventouses utilisées depuis des siècles dans la médecine traditionnelle chinoise pour lutter contre les douleurs diverses (musculaires, articulaires, gynécologiques...) ou les maladies de peau. Elle est fabriquée à partir de silicone médical hypoallergénique (sans plastique, phtalate ou PVC) et reproduit le même effet sur la peau que le geste du palper-rouler pratiqué en institut pour enlever la cellulite.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre le métabolisme de la cellulite
- Apprendre les techniques d'amincissement et d'élimination
- Maîtriser le travail.



Public

Tout public

Tarif

300 €

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 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 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 Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage minceur aux ventouses
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité
- Les différentes formes de ventouses pour où pour qui ?

Pratique :

- Déroulement du massage sur le ventre et devant des jambes avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du massage sur les hanches fesses et bras avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} 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 SICISIC, gérante et formatrice

Travail technique

- adaptation des ventouses selon les zones
- fluidité des transitions
- gestion du rythme et du confort de la cliente

Mise en situation professionnelle

- pratique en binôme ou sur modèle



- réalisation du protocole complet dans un temps défini

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 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 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'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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MADERO-METALTHERAPIE CORPS

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La Madéro-métaltherapie est une technique ancestrale d'origine colombienne qui consiste à réaliser un massage à l'aide d'instruments en bois et en métal de différentes formes, tailles et conceptions qui s'adaptent aux différentes parties du corps permettant la stimulation permet d'affiner et tonifier le corps, de traiter la cellulite en réduisant l'accumulation des graisses, de modeler le contour corporel, d'activer la rénovation cellulaire et réduire le niveau de stress. L'avantage d'utiliser des instruments en bois et en métal de formes spéciales est de permettre une pression plus intense et depuis peu la métaltherapie a fait sa sortie pour faire autant impression que la madéro.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre les origines et les aspirations de cette technique
- Pratiquer un massage amincissant avec la méthode « Madéro et métaltherapie » en utilisant les techniques spécifiques et les accessoires en bois et métal de formes différentes
- Pratiquer le pétrissage et les torsions
- Faire un bilan minceur
- Connaître les différents types de cellulite et choisir les huiles adaptées
- Se positionner en respectant l'ergonomie.

Public

Tout public

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 SICSIC, 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 techniques Madéro-métalthérapie : instruments en bois et métal, pétrissage, torsions, techniques sculptantes et drainantes
- 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 SICSIC, 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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- La Madéro et Métaltherapie corps : son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les indications et contre-indications de la Madéro et métaltherapie.

Pratique :

- Démonstration et déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations sur le haut du corps
- Pratique en duo ou sur modèle.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage sur les jambes de devant avec les diverses étapes et illustrations
- Explications des différents outils et les expérimenter.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage sur les jambes de derrière, travail des fesses avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage du dos et révision de tout le corps avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la dernière 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 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'un certificat de réalisation « 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

BAMBOU MINCEUR

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le modelage minceur aux bambous est une technique de massage esthétique inspirée des rituels asiatiques, associant des manœuvres dynamiques et l'utilisation de bambous de différentes tailles afin de favoriser le remodelage de la silhouette.

Grâce à des techniques de roulage, de glissement et de pression rythmée, ce massage aide à :

- tonifier les tissus,
- lisser visuellement l'aspect de la peau,
- affiner certaines zones du corps,
- procurer une sensation de légèreté et de dynamisation.

Les bambous permettent un travail précis et profond tout en offrant une expérience sensorielle originale et énergisante.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser les techniques spécifiques du modelage minceur aux bambous
- Réaliser des manœuvres drainantes, tonifiantes et sculptantes adaptées aux différentes zones du corps
- Utiliser les différents bambous selon leur taille, leur forme et l'objectif recherché
- Adapter la pression, le rythme et les techniques selon la morphologie et les besoins de la cliente
- Connaître les indications et contre-indications du soin
- Construire un protocole minceur structuré dans un temps défini

Public

Tout public

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

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 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.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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.

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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage au bambou
- Son histoire
- Sa spécificité, quand le pratiquer ?
- Son utilité, en fonction des tensions ou amincissante
- Les différents bambous pour qui et quel endroit.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des étapes pas à pas pour la méthode amincissante sculptant avec des méthodes de roulades et de méthodes relaxante avec les bambous en forme de losange sur le ventre, travail sur la taille et les jambes de devant avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage sur les jambes arrière, travail de la culotte de cheval avec les méthodes des rouleaux et de friction, push up fesses diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration de la technique du bambou relaxant avec travail de décontraction des pieds avec les deux bambous en sandwich.
- Travail sur la dextérité du massage en tenant deux bambous et relaxation des jambes du ventre et des bras.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration de la décontraction musculaire des cuisses et des fessiers du modelage sur la taille affinement et remodelage avec les diverses étapes et illustrations
- Déroulement du modelage du dos, travail des trapèzes, travail de grand dorsal





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Fin de la dernière 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

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 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'un certificat de réalisation « 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

LIPOCAVITATION ET RADIOFREQUENCE

Date de mise à jour document : le 08/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Découvrez deux technologies esthétiques non invasives destinées à accompagner le remodelage de la silhouette et l'amélioration de l'aspect de la peau :

Lipocavitation

Technique esthétique utilisant des ultrasons spécifiques afin d'accompagner le travail sur les zones présentant des amas graisseux localisés et favoriser l'affinement visuel de la silhouette.

Radiofréquence

Technique utilisant une chaleur contrôlée pour procurer un effet tenseur, améliorer l'aspect de la peau et favoriser une sensation de fermeté cutanée.

L'association de ces deux méthodes permet de proposer des soins esthétiques complets, confortables et adaptés aux clientes recherchant une approche non invasive du remodelage corporel.

Ces techniques s'inscrivent exclusivement dans une démarche esthétique et de bien-être et ne remplacent en aucun cas un acte médical ou thérapeutique.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les principes et les bases du fonctionnement de la lipocavitation et de la radiofréquence esthétique
- Identifier les indications et contre-indications des soins
- Respecter les règles d'hygiène, de sécurité et le cadre réglementaire liés à l'utilisation des appareils esthétiques et de manière sécurisée
- Réaliser une anamnèse et adapter le protocole aux besoins de la cliente

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 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 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.



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



MOYENS HUMAINS

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

Sophie Mismar, esthéticienne spécialisée dans la technologie minceur

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

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

Connaître les notions de base Lipocavitation et Radiofréquence :

Introduction à la lipocavitation & radiofréquence

- Principes de fonctionnement
- Objectifs esthétiques des soins
- Différences et complémentarité des techniques

Connaissances essentielles

- Les différents types d'aspects cutanés et zones ciblées
- Les indications et contre-indications
- Les précautions d'utilisation
- Les règles d'hygiène et de sécurité

Accompagnement de la cliente

- Réalisation d'une anamnèse esthétique
- Conseils avant et après séance
- Fréquence des séances et cures
- Construction d'un protocole personnalisé

Matériel & produits

- Présentation des appareils et accessoires
- Réglages de base
- Produits utilisés pendant les soins

Objectif : comprendre le fonctionnement des techniques et sécuriser la pratique

- Hygiène

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Approche technique

- Explication détaillée des manœuvres et protocoles
- Choix des zones de travail
- Temps d'utilisation selon les zones
- Combinaison des techniques pour optimiser le soin

-



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Pratique guidée



Démonstration par la formatrice

- Installation de la cliente
- Préparation du poste de travail
- Réalisation d'une séance complète :
 - lipocavitation,
 - radiofréquence,
 - enchaînement des techniques

Mise en pratique

- Travail en binôme ou sur modèle
- Manipulation des appareils
- Réglage des paramètres de base
- Gestion du temps de prestation
- Adaptation aux besoins de la cliente

Objectif : gagner en autonomie, précision et sécurité dans la pratique

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 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 SICSIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations 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'un certificat de réalisations « 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

GOMMAGE & ENVELOPPEMENT MINCEUR

Date de mise à jour document : le 17/05/26



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 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 techniques de gommage et d'enveloppement : frictions, effleurages, application des actifs et pose de l'enveloppement
- 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 SICISIC, 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 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 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'un certificat de réalisation « 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.



MASSAGES MINCEUR

spécialisation et expertise



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DEVENIR UNE PRO DES CURES MINCEURS

Date de mise à jour document : le 19/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Découvrez la méthode pour vendre des cures minceur en centre de beauté, dépasser les freins psychologiques face à la vente de forfaits amincissants, fidéliser les clientes par l'obtention de résultats minceur visibles.

Découvrez la méthode pour vendre des cures minceur en institut de beauté avant l'été!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Elaborer des cures spécifiques en fonction de leur type de cellulite
- Elaborer un diagnostic
- A élaborer une carte de soin minceur
- Savoir l'attitude juste dans l'accompagnement de vos clients par rapport à votre discours dans le fond et dans sa forme.
- Comment mettre en place dans votre institut ou centre et comment élaborer vos tarifs
- Devenir un pro de la vente de la minceur.

Public

Tout public

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

Aucun

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours 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 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 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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Elaborer une carte de menus minceurs
- Le métabolisme de base
- Comment élaborer une cure aqueuse moins ou plus de 10 kg
- Comment élaborer une cure en fonction du type de cellulite adipeuse stade 1 à 3
- Comment élaborer une cure pour une cellulite compacte
- Comment vendre des cures d'entretien et savoir expliquer à la cliente pourquoi il faut des cures d'entretien.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie :

- Comment traiter une graisse viscérale
- Le diagnostic
- Comment vendre une cure à une personne en situation de ménopause, de dépression ou autres
- Savoir diagnostiquer une personne en situation de stress ou de poids hormonal.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Se mettre en condition avec modèle en faisant le diagnostic
- Reconnaître un type gynoïde ou androgyne ou mixte !

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie :

- Connaître les appareils minceur
- Comment adapter les appareils à la problématique
- Votre attitude pour évoquer cela de façon douce et bienveillante.
- Comment gérer les prises de poids du au stress
- Comment élaborer vos tarifs.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

Fin de la dernière 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

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 SICSIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations 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'un certificat de réalisation « 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DIÉTÉTIQUE ET MÉNOPAUSE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La ménopause entraîne de profonds bouleversements hormonaux qui influencent non seulement le métabolisme, mais aussi la silhouette, l'énergie et la relation à l'alimentation. Cette formation a été conçue pour les professionnels de l'esthétique et du bien-être souhaitant élargir leurs compétences en diététique adaptée à la ménopause, afin d'accompagner leurs clientes avec des conseils concrets, équilibrés et respectueux.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les modifications physiologiques liées à la ménopause et leur impact nutritionnel.
- Identifier les besoins spécifiques en macronutriments et micronutriments après 45 ans.
- Savoir appliquer un rééquilibrage alimentaire adapté aux changements hormonaux, sans entrer dans le champ médical.
- Proposer des conseils nutritionnels éthiques, non culpabilisants et personnalisés.
- Utiliser les compléments alimentaires de façon raisonnée, en restant dans le champ de compétence esthétique.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

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 SICISIC, 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 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.

Laetitia Martin, esthéticienne diplômée depuis plus de 20 ans, formatrice spécialisée dans l'accompagnement global des femmes en période de ménopause. Elle allie expertise scientifique, approche humaine et savoir-faire esthétique pour transmettre une formation précise, actualisée et profondément ancrée dans la pratique professionnelle.





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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Comprendre la ménopause : transitions hormonales, métaboliques et émotionnelles
- Ce que la ménopause change dans le corps (métabolisme, insuline, masse musculaire)
- Rééquilibrer sans régime : les bases alimentaires à transmettre

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Suite

- Macronutriments : besoins spécifiques en protéines, glucides, lipides
- Assimilation, qualité nutritionnelle, rôle anti-inflammatoire
- Micronutriments stratégiques : calcium, magnésium, vitamine D, oméga-3, antioxydants
- Rôles, sources, risques de carence

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie : Suite

- Inflammation silencieuse : causes, conséquences, stratégies d'apaisement
- Le sucre et la glycémie à la ménopause : comprendre, repérer, rééquilibrer
- Digestion et microbiote : flore intestinale post-45 ans, ballonnements, réconfort digestif

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Suite

- Compléments alimentaires utiles : rôles, usages raisonnés, précautions
- Posture professionnelle : guider sans prescrire, rester dans son champ d'action

Pratique :

- Études de cas – mises en situation professionnelles
- Se mettre en situation en binôme pour répondre à la cliente lors des séances de massage minceur

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : évaluation théorique (quiz de validation des acquis), contrôle pratique continu et bilan collectif
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, 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 de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICISIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





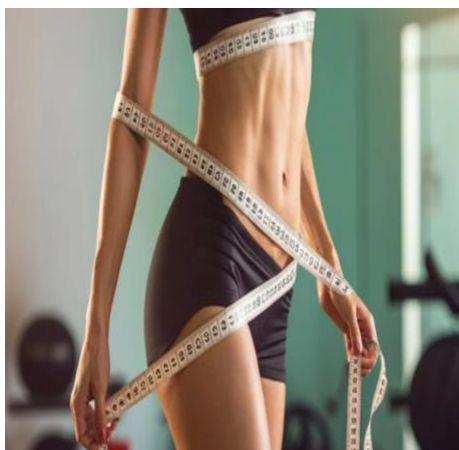
BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

PRISE EN CHARGE DE LA MINCEUR LORS DE LA MÉNOPAUSE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation est spécialement conçue pour les professionnels de l'esthétique désireux d'approfondir leur expertise en minceur et bien-être pendant la ménopause. Elle vous permettra d'offrir à vos clientes un accompagnement personnalisé, fondé sur des connaissances approfondies des mécanismes hormonaux et des enjeux spécifiques à cette période de transition. Grâce à un parcours structuré et pratique, vous deviendrez un(e) véritable expert(e) pour répondre aux besoins uniques des femmes en ménopause, en combinant soins esthétiques, nutrition et conseils ciblés pour une prise en charge complète et bienveillante.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre la ménopause et son impact sur le poids : appréhender les mécanismes hormonaux et biologiques affectant la prise de poids et les transformations physiques.
- Identifier les changements physiologiques et esthétiques : reconnaître les effets de la ménopause sur la peau, la silhouette et le métabolisme pour ajuster vos soins.
- Proposer un accompagnement esthétique personnalisé : réaliser des bilans sur le corps, le visage et les émotions pour adapter vos soins à chaque cliente.
- Adopter une posture professionnelle et bienveillante : offrir un accompagnement rassurant et expert, en répondant aux besoins uniques des femmes en transition hormonale.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

Tarif

550€

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 SICISIC, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Cap Esthétique

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.

Laetitia Martin, esthéticienne diplômée depuis plus de 20 ans, formatrice spécialisée dans l'accompagnement global des femmes en période de ménopause. Elle allie expertise scientifique, approche humaine et savoir-faire esthétique pour transmettre une formation précise, actualisée et profondément ancrée dans la pratique professionnelle.





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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

Comprendre la ménopause et son impact sur le poids

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie : Comprendre la ménopause

- Introduction à la ménopause : rôle et éthique de l'esthéticienne
- Définition de la ménopause et ses impacts physiologiques
- Statistiques clés et faits sur la ménopause
- Explication des effets hormonaux et des changements corporels associés
- Les phases de la ménopause

Changements hormonaux et impacts

- Les phases hormonales du cycle normal et les altérations pendant la ménopause
- L'impact des changements hormonaux sur la peau pendant la ménopause

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Anatomie et bases physiologiques de la minceur

Fonctionnement du corps face à la prise de poids

- Comprendre le métabolisme énergétique.
- Fonctionnement des cellules adipeuses.
- Rôle des muscles dans le maintien d'un poids santé.
- Rétention d'eau et cellulite : mécanismes et solutions.

Bases anatomiques pour travailler la minceur

- Rappel sur les grandes zones musculaires et adipeuses.
- Comprendre le rôle du système lymphatique.
- Lien entre circulation sanguine et élimination des toxines.

Fin de la 1ère journée :

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



JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Soins et techniques esthétiques spécifiques

Les soins manuels

- Techniques de massage minceur : palpé-roulé, madérothérapie, drainage lymphatique.
- Points clés pour une prise en charge personnalisée.

Les soins technologiques

- Présentation des technologies minceur : radiofréquence, cavitation, cryothérapie, ultrasons.
- Indications et contre-indications pour chaque technique.

Protocoles combinés pour optimiser les résultats

- Exemple de programmes sur plusieurs semaines.
- Alternance soins manuels/soins technologiques.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Conseils et suivi client

Accompagner ses clientes dans la durée

- Conseils alimentaires adaptés à la ménopause.
- Activité physique recommandée : type, intensité, fréquence.
- Soutien émotionnel et développement de la confiance en soi.

Pratique :

- Élaboration d'un protocole personnalisé à partir de profils fictifs.
- Simulation d'un entretien avec une cliente.

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : évaluation, contrôle pratique et théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, 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 de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICISIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.



PROGRAMMES FORMATIONS

Cursus ménopause



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

LES BASES DE LA MÉNOPAUSE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Comprendre les bases de la ménopause pour un accompagnement personnalisé et expert. Cette formation vous aide à saisir les mécanismes hormonaux et biologiques de la ménopause, à identifier ses impacts physiologiques, psychologiques et esthétiques. Vous apprendrez à adapter vos soins en cabine et vos conseils en nutrition, cosmétiques et compléments. L'objectif : offrir un accompagnement rassurant et bienveillant en intégrant des solutions concrètes et des données scientifiques à jour. Un apprentissage essentiel pour soutenir vos clientes durant cette transition. !

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les mécanismes hormonaux et biologiques de la ménopause.
- Identifier les impacts physiologiques, psychologiques et esthétiques de cette phase de vie.
- Adapter leur accompagnement esthétique et bien-être selon des données scientifiques à jour.
- Intégrer des solutions concrètes : soins cabine, conseils en nutrition, cosmétiques, compléments.
- Adopter une posture professionnelle rassurante, experte et bienveillante face à une cliente en transition hormonale.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

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 SICISIC, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis médical. Une base en anatomie/physiologie est un plus.

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.

Laetitia Martin, esthéticienne diplômée depuis plus de 20 ans, formatrice spécialisée dans l'accompagnement global des femmes en période de ménopause. Elle allie expertise scientifique, approche humaine et savoir-faire esthétique pour transmettre une formation précise, actualisée et profondément ancrée dans la pratique professionnelle.





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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Contexte historique et socio-culturel de la ménopause
- Rôle des hormones clés (œstrogènes, progestérone, testostérone, FSH, LH) et leurs conséquences esthétiques

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Suite

- Changements physiologiques majeurs : os, cœur, cerveau, poids, métabolisme, peau

Objectif : décrypter la ménopause sous l'angle biologique et mieux comprendre les symptômes pour mieux les traduire en accompagnement personnalisé sur les soins en cabine

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie : Suite

- Impact psychologique, stress et sommeil : lien peau/esprit
- Nutrition et activité physique spécifiques à la période ménopausique

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Suite

- Changements cutanés : perte de collagène, déshydratation, sensibilité
- Dermo-cosmétique et principes actifs adaptés aux peaux matures
- Compléments alimentaires ciblés (phytoœstrogènes, antioxydants, oméga-3...)

Pratique :

- Protocoles cabine, outils de conseil global, pistes de formations complémentaires

Objectif : savoir transformer les connaissances scientifiques en outils concrets pour valoriser son expertise en cabine

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : évaluation théorique, contrôle pratique continu
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, 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 de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICISIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

ADAPTER SON BILAN À LA FEMME MÉNOPAUSE

Date de mise à jour document : le 26/04/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation vous permet de comprendre les impacts physiques, émotionnels et cutanés de cette période clé, de réaliser des bilans (visage, corps, émotions) et d'adapter vos soins esthétiques en fonction des problématiques de chaque cliente. Vous apprendrez à structurer un suivi efficace, à valoriser votre expertise et à vendre vos services avec confiance, même à des tarifs élevés. Transformez la ménopause en un renouveau pour vos clientes !

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les impacts de la ménopause sur le corps, la peau et le bien-être global.
- Réaliser un bilan holistique complet : bilan émotionnel, bilan visage et bilan corps.
- Construire un accompagnement personnalisé en fonction des besoins identifiés.
- Mettre en place un suivi structuré.
- Valoriser son accompagnement et vendre avec confiance, même à des tarifs élevés.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

Tarif

840€

Durée

24 heures
soit 3 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 SICSI, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Cap Esthétique

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.

Laetitia MARTIN, esthéticienne diplômée depuis plus de 20 ans, formatrice spécialisée dans l'accompagnement global des femmes en période de ménopause. Elle allie expertise scientifique, approche humaine et savoir-faire esthétique pour transmettre une formation précise, actualisée et profondément ancrée dans la pratique professionnelle.





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

Comprendre la ménopause et son impact

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Module 1 : Comprendre la Ménopause

- Comprendre la Ménopause
- Les différentes phases et leurs symptômes.
- Impacts physiques, émotionnels et cutanés.
- Introduction au concept de bilan holistique.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Module 2 : Évaluation des besoins et du bien-être

- Évaluation des besoins et du bien-être
- Identifier les attentes de la cliente.
- Analyser le stress, le sommeil, le niveau d'énergie.
- Utiliser les questionnaires adaptés.

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 2

Réalisation des bilans visage et corps

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Module 3 : Bilan visage approfondi

- Observation et palpation : texture, tonicité, relâchement.
- Analyse des signes visibles liés à la ménopause.
- Outils d'évaluation cutanée et fiche d'observation.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Module 4 : Bilan corps complet

- Analyse de la posture, des volumes et de la tonicité.
- Évaluation manuelle : rétention d'eau, tensions musculaires, relâchement.
- Mise en pratique entre participantes ou sur modèle.

Fin de la 2ème journée :

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



JOUR 3

Accompagnement, vente et conclusion

9h30 – 12h30

Rappel des premières journées

Module 5 : Accompagnement personnalisé et suivi

- Élaboration d'un plan d'action ciblé.
- Planification des séances et mise en place du suivi.
- Conseils bien-être complémentaires (sommeil, alimentation, hygiène de vie).

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Module 6 : Techniques de vente bienveillante

- Changer son état d'esprit sur la vente.
- Créer une offre irrésistible.
- Répondre aux objections avec confiance.

Module 7 : Évaluation et clôture

- Cas pratique final : conduite d'un bilan complet.
- QCM de validation des connaissances.
- Auto-évaluation et plan d'action personnel.

Fin de la dernière journée :

- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes



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 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 Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

DIÉTÉTIQUE ET MÉNOPAUSE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La ménopause entraîne de profonds bouleversements hormonaux qui influencent non seulement le métabolisme, mais aussi la silhouette, l'énergie et la relation à l'alimentation. Cette formation a été conçue pour les professionnels de l'esthétique et du bien-être souhaitant élargir leurs compétences en diététique adaptée à la ménopause, afin d'accompagner leurs clientes avec des conseils concrets, équilibrés et respectueux.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les modifications physiologiques liées à la ménopause et leur impact nutritionnel.
- Identifier les besoins spécifiques en macronutriments et micronutriments après 45 ans.
- Savoir appliquer un rééquilibrage alimentaire adapté aux changements hormonaux, sans entrer dans le champ médical.
- Proposer des conseils nutritionnels éthiques, non culpabilisants et personnalisés.
- Utiliser les compléments alimentaires de façon raisonnée, en restant dans le champ de compétence esthétique.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

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 SICISIC, 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 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.

Laetitia Martin, esthéticienne diplômée depuis plus de 20 ans, formatrice spécialisée dans l'accompagnement global des femmes en période de ménopause. Elle allie expertise scientifique, approche humaine et savoir-faire esthétique pour transmettre une formation précise, actualisée et profondément ancrée dans la pratique professionnelle.





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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Comprendre la ménopause : transitions hormonales, métaboliques et émotionnelles
- Ce que la ménopause change dans le corps (métabolisme, insuline, masse musculaire)
- Rééquilibrer sans régime : les bases alimentaires à transmettre

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Suite

- Macronutriments : besoins spécifiques en protéines, glucides, lipides
- Assimilation, qualité nutritionnelle, rôle anti-inflammatoire
- Micronutriments stratégiques : calcium, magnésium, vitamine D, oméga-3, antioxydants
- Rôles, sources, risques de carence

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie : Suite

- Inflammation silencieuse : causes, conséquences, stratégies d'apaisement
- Le sucre et la glycémie à la ménopause : comprendre, repérer, rééquilibrer
- Digestion et microbiote : flore intestinale post-45 ans, ballonnements, réconfort digestif

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Suite

- Compléments alimentaires utiles : rôles, usages raisonnés, précautions
- Posture professionnelle : guider sans prescrire, rester dans son champ d'action

Pratique :

- Études de cas – mises en situation professionnelles
- Se mettre en situation en binôme pour répondre à la cliente lors des séances de massage minceur

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : évaluation théorique (quiz de validation des acquis), contrôle pratique continu et bilan collectif
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, 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 de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICISIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





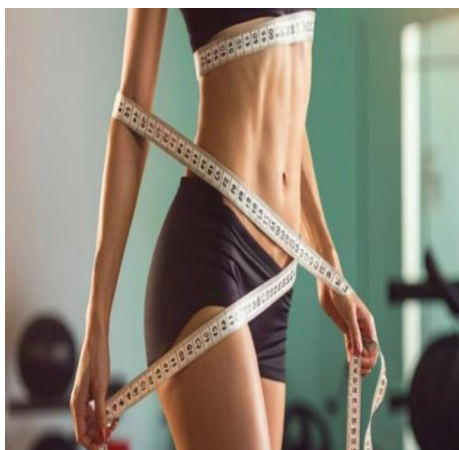
BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

PRISE EN CHARGE DE LA MINCEUR LORS DE LA MÉNOPAUSE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation est spécialement conçue pour les professionnels de l'esthétique désireux d'approfondir leur expertise en minceur et bien-être pendant la ménopause. Elle vous permettra d'offrir à vos clientes un accompagnement personnalisé, fondé sur des connaissances approfondies des mécanismes hormonaux et des enjeux spécifiques à cette période de transition. Grâce à un parcours structuré et pratique, vous deviendrez un(e) véritable expert(e) pour répondre aux besoins uniques des femmes en ménopause, en combinant soins esthétiques, nutrition et conseils ciblés pour une prise en charge complète et bienveillante.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre la ménopause et son impact sur le poids : appréhender les mécanismes hormonaux et biologiques affectant la prise de poids et les transformations physiques.
- Identifier les changements physiologiques et esthétiques : reconnaître les effets de la ménopause sur la peau, la silhouette et le métabolisme pour ajuster vos soins.
- Proposer un accompagnement esthétique personnalisé : réaliser des bilans sur le corps, le visage et les émotions pour adapter vos soins à chaque cliente.
- Adopter une posture professionnelle et bienveillante : offrir un accompagnement rassurant et expert, en répondant aux besoins uniques des femmes en transition hormonale.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

Tarif

550€

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 SICISIC, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Cap Esthétique

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.

Laetitia Martin, esthéticienne diplômée depuis plus de 20 ans, formatrice spécialisée dans l'accompagnement global des femmes en période de ménopause. Elle allie expertise scientifique, approche humaine et savoir-faire esthétique pour transmettre une formation précise, actualisée et profondément ancrée dans la pratique professionnelle.





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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

Comprendre la ménopause et son impact sur le poids

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie : Comprendre la ménopause

- Introduction à la ménopause : rôle et éthique de l'esthéticienne
- Définition de la ménopause et ses impacts physiologiques
- Statistiques clés et faits sur la ménopause
- Explication des effets hormonaux et des changements corporels associés
- Les phases de la ménopause

Changements hormonaux et impacts

- Les phases hormonales du cycle normal et les altérations pendant la ménopause
- L'impact des changements hormonaux sur la peau pendant la ménopause

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Anatomie et bases physiologiques de la minceur

Fonctionnement du corps face à la prise de poids

- Comprendre le métabolisme énergétique.
- Fonctionnement des cellules adipeuses.
- Rôle des muscles dans le maintien d'un poids santé.
- Rétention d'eau et cellulite : mécanismes et solutions.

Bases anatomiques pour travailler la minceur

- Rappel sur les grandes zones musculaires et adipeuses.
- Comprendre le rôle du système lymphatique.
- Lien entre circulation sanguine et élimination des toxines.

Fin de la 1ère journée :

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



JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Soins et techniques esthétiques spécifiques

Les soins manuels

- Techniques de massage minceur : palpé-roulé, madérothérapie, drainage lymphatique.
- Points clés pour une prise en charge personnalisée.

Les soins technologiques

- Présentation des technologies minceur : radiofréquence, cavitation, cryothérapie, ultrasons.
- Indications et contre-indications pour chaque technique.

Protocoles combinés pour optimiser les résultats

- Exemple de programmes sur plusieurs semaines.
- Alternance soins manuels/soins technologiques.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie : Conseils et suivi client

Accompagner ses clientes dans la durée

- Conseils alimentaires adaptés à la ménopause.
- Activité physique recommandée : type, intensité, fréquence.
- Soutien émotionnel et développement de la confiance en soi.

Pratique :

- Élaboration d'un protocole personnalisé à partir de profils fictifs.
- Simulation d'un entretien avec une cliente.

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : évaluation, contrôle pratique et théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, 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 de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICISIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.



PROGRAMMES FORMATIONS

Massages Bien-être

CURSUS devenir masseuse certifiée



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

MASTER MESSAGES

Date de mise à jour document : le 19/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La formation « Praticien en Massage Bien-Être » proposée par Béatitude Formation s'inscrit dans une démarche de professionnalisation conforme au référentiel métier de la FFMBE.

Elle vise à former des praticiens capables d'exercer dans un cadre éthique, structuré et conforme à la réglementation, en maîtrisant à la fois les compétences techniques, relationnelles et entrepreneuriales.

Le parcours comprend :

- **264 heures de formation en présentiel**
- **90 heures de pratique professionnelle attestée**
- **Évaluations continues et finales**

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Connaître les enjeux de bien-être, de santé holistique et sociétaux associés au massage. Savoir positionner son offre dans un environnement socio-économique donné.
- Connaître la réglementation et la déontologie spécifiques au massage bien-être.
- Avoir une connaissance théorique de la diversité des pratiques et univers de massage.
- Connaître et mettre en pratique les fondamentaux d'ambiance, d'hygiène et d'ergonomie nécessaires à l'aménagement et l'entretien d'un lieu de massage, pour le client et pour le praticien.
- Avoir la capacité d'énoncer et argumenter les bienfaits du massage, et les mettre en perspective avec les autres pratiques de bien-être et de soin corporel.
- Savoir positionner son offre de massages parmi l'ensemble des techniques de massage.
- Aménager un lieu, accueillir et exercer en conformité avec la réglementation et la déontologie spécifiques au FFMBE.
- Positionner sa pratique professionnelle et construire une offre de massage bien-être
- Construire une offre et la contextualiser en connaissance de la diversité des techniques, et de l'environnement historique et sociétal du FFMBE.

Public

Tout public

Tarif

9 240 €

Durée

264 heures
soit 33 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

Aucun

ADMISSION

Renvoyer le bulletin d'inscription, la convention de formation et le règlement intérieur, complétés et signés.
Un acompte de 1 500,00 € est demandé

- Coût total de la formation 9 240,00 €, possibilité de payer en dix fois.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

1/ Modalités et méthodologie : 14 modules

- Formation en présentiel
- Cours théoriques
- Exercices pratiques
- Déroulé pédagogique

2/ Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à Word et à Power point, vidéo
- Matériel fourni
- 6 stagiaires maximum par session avec travail en binôme
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des manœuvres petit à petit
- Débriefing, Questions/Réponses
- Feedback

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 avec une approche psychocorporelle.

DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

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

A 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

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 chaque module :

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

Après chaque module :

- 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





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

BLOC 1 – POSITIONNEMENT PROFESSIONNEL -32 h **JOUR 1 : Introduction au métier et cadre du massage bien-être**

9h30 – 12h30

- Accueil des stagiaires et présentation de la formation
- Présentation des objectifs pédagogiques et du déroulé global
- Tour de table : attentes, projets professionnels
- Introduction au métier de praticien en massage bien-être
- Histoire et évolution du massage bien-être
- Les grands courants et approches (traditionnelles et modernes)

13h30 – 18h30

- Les enjeux du bien-être aujourd'hui (sociétaux, économiques)
- Définition du massage bien-être
- Distinction :
 - Massage bien-être
 - Massage thérapeutique
 - Pratiques énergétiques
- Introduction au référentiel FFMBE
- Échanges, questions/réponses
- Évaluation diagnostique (questionnaire d'entrée)

JOUR 2 : Déontologie et cadre professionnel

9h30 – 12h30

- Étude du code de déontologie
- Les limites du cadre professionnel :
 - Non médical
 - Non sexuel
 - Non mystique
- Responsabilités du praticien

13h30 – 18h30

- Posture professionnelle :
 - Neutralité
 - Écoute
 - Respect
- Gestion des situations sensibles
- Études de cas
- Mise en situation (jeux de rôle client/praticien)





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 3 : Environnement et conditions d'exercice

9h30 – 12h30

- Aménagement de l'espace de travail
- Normes d'hygiène et sécurité
- Ergonomie du praticien

13h30 – 18h30

- Création d'une ambiance propice :
 - Lumière
 - Sons
 - Odeurs
- Installation du matériel
- Mise en pratique en salle
- Analyse et ajustements

JOUR 4 : Positionnement et construction de l'offre

9h30 – 12h30

- Panorama des techniques de massage
- Identifier ses spécificités
- Positionner son offre

13h30 – 18h30

- Argumenter les bienfaits du massage
- Adapter son discours client
- Atelier pratique : création d'une offre
- Préparation évaluation Bloc 1





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BLOC 2 – PRATIQUE DU MASSAGE BIEN-ÊTRE JOUR 5 : Anatomie fondamentale et repérage corporel 8h

9h30 – 10h30 : Introduction à l'anatomie du praticien

- Rôle de l'anatomie dans le massage bien-être
- Différence entre :
 - Anatomie théorique
 - Anatomie palpatoire
- Importance de la connaissance du corps dans la qualité du toucher

10h30 – 12h30 : Structures osseuses et repères du corps

- Identification des principaux os :
 - Crâne
 - Colonne vertébrale
 - Bassin
 - Membres supérieurs et inférieurs
 - Introduction aux axes du corps :
 - Axe crânio-sacré
 - Axe postural global
 - Lecture visuelle du corps humain
- Support : planches anatomiques + schémas

13h30 – 15h30 : Repérage visuel du corps

- Observation du corps en statique
- Repérage des grandes masses musculaires :
 - Épaules
 - Dos
 - Jambes
- Comprendre les bases de la posture

15h30 – 18h30 : Premiers contacts et initiation à la palpation

- Découverte de la palpation simple
- Repérage des zones osseuses principales
- Mise en pratique en binôme :
 - Toucher guider
 - Observation du retour sensoriel
- Débriefing collectif

Objectif de la journée : **savoir observer et identifier visuellement les grandes structures du corps**





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 6 : Lecture corporelle, tensions et adaptation du massage 8h

9h30 – 10h30 : Introduction aux systèmes du corps

- Système musculaire
- Système circulatoire
- Système lymphatique
- Lien avec la pratique du massage bien-être

10h30 – 12h30 : Repérage musculaire et palpation

- Identification des principaux groupes musculaires :
 - Trapèzes
 - Lombaires
 - Épaules
 - Jambes
- Apprentissage de la palpation plus précise
- Différence entre tension, tonicité et relâchement

Travail en binôme guidé

13h30 – 15h30 : Détection des tensions corporelles

- Observation des déséquilibres posturaux
- Identification des zones de tension :
 - Sur-sollicitation musculaire
 - Compensations posturales
- Compréhension des causes (habitudes, posture, stress)

15h30 – 17h00 : Bilan postural simple

- Observation debout et allongé
- Lecture globale du corps :
 - Alignement
 - Asymétries
 - Tensions visibles
- Analyse non médicale

17h00 – 18h30 : Adaptation du massage

- Comment adapter :
 - Pression
 - Rythme
 - Zones travaillées
- Proposition d'ajustements au client :
 - Conseils d'hygiène posturale
 - Auto-relaxation
- Mise en situation complète

Évaluation formative : observation + analyse + adaptation





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 7 : Accueil client et anamnèse

9h30 – 12h30

- Accueil du client
- Conduite d'un entretien
- Identification des attentes

13h30 – 18h30

- Contre-indications
- Adaptation de la séance
- Exercices pratiques en binôme
- Feedback

JOUR 8 : Bases du toucher et posture

9h30 – 12h30

- Posture du praticien
- Respiration et ancrage
- Travail corporel
- Installation du client
- Drapage

13h30 – 18h30

- Qualité du toucher
- Premiers gestes techniques
- Exercices guidés
- Corrections individualisées
- Approfondissement
- Correction posture et rythme





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

MASSAGE CALIFORNIEN-2 jours - 16h



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Reposant et sensuel, le massage Californien donne la pleine mesure de ce que peut nous apporter le sens du toucher.

Dos, ventre, nuque, les mains se font caressantes, tendres pour nous procurer une véritable sensation de bien-être.

Avec une alternance de pressions énergiques et de mouvements plus fluides qui glissent sur des huiles parfumées, le massage Californien prend différentes techniques de massages traditionnels du monde entier pour en faire un massage détente, qui élimine le stress et dénoue les tensions musculaires.

C'est un massage mis au point par les communautés new-âge des seventies, une suite de mouvements qui recherche l'équilibre individuel, l'épanouissement et l'harmonie de la personne.

Le massage est conçu pour être réalisé sur un corps dénudé.

Les mouvements sont facilités par l'huile, en insistant sur les parties du corps les plus tendues.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole pratique et les concepts théoriques du modelage Californien
- Maîtriser les indications et contres indications du modelage Californien
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Élaborer son protocole dans un temps défini.





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 9 : Découverte et pratique

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage Californien
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage du dos avec les diverses étapes et illustrations.

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 10 : Approfondissement et évaluation

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

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 : Évaluation théorique
- Contrôle pratique tout au long de la journée
- Échanges 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

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES ET FROIDES 1JOUR 8h



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage aux pierres chaudes est un massage complet du corps qui agit sur le schéma corporel, basé sur le rééquilibrage des énergies du corps.

En effet, tout au long du massage nous allons "ouvrir des portes" pour libérer les énergies négatives puis apporter des énergies positives et enfin "refermer les portes".

D'une durée d'1h30, il s'effectue sur l'ensemble du corps, à l'aide de pierres de lave chaudes qui ont la capacité de garder et de restituer l'énergie qui est ici la chaleur.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage aux pierres chaudes et froides
- Maîtriser les indications et contre indications du massage aux pierres chaudes et froides
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Élaborer un protocole dans un temps défini.





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 11 : Journée unique

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage aux pierres chaude
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage des jambes arrière avec les pierres avec les diverses étapes et illustrations

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Pratique en duo du dos avec les pierres ou sur modèle
- Déroulement du modelage sur les jambes arrière, les bras, le visage et le ventre avec les diverses étapes et illustrations
- Révision

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Évaluation, contrôle pratique et théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de stage de fin de stage

MASSAGE SUEDOIS- 2 jours - 16h



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33

523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 12/31



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage suédois est une technique de massage dynamique qui vise à dissoudre les tensions et à raffermir les muscles et les articulations. Son effet tonifiant et relaxant favorise la circulation sanguine, lymphatique et l'élimination des toxines. Il aide ainsi le corps à retrouver son équilibre naturel. C'est aussi un massage défatigant instantané. En effet, aussitôt après avoir reçu ce modelage, la personne se sent ressourcée. Idéal en automne/hiver car les nombreuses frictions réchauffent le corps.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Pratiquer et comprendre les gestes spécifiques du massage suédois,
- Comprendre l'utilité du Suédois
- Acquérir des manœuvres plus élaborées du protocole complet
- Savoir adapter sa méthode à la singularité du client
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Quand et comment vendre le suédois

CONTENU DE LA FORMATION



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 13/31



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 12 : Découverte et pratique

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Suédois
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique :

- Démonstration et déroulement du modelage avec les diverses étapes du dos et illustrations

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des jambes sur le dos et le côté
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations pratique en duo.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 13 : Approfondissement et évaluation

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière et fesses avec les diverses étapes et illustrations.

13h30 – 18h30

Pratique : en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage sur le ventre et les bras avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 2^{ème} journée :

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

MASSAGE BALINAIS 2 jours - 16h



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 14/31



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage Balinais, influencé par la médecine chinoise, est un massage complet, à la fois doux et tonique, relaxant et énergétique, et a pour but de reconstituer l'équilibre entre l'âme et le corps. Il associe digito-pression et étirements à des manœuvres occidentales comme le modelage, le lissage et effleurage. Toutes les techniques qui le composent sont issues des multiples cultures asiatiques : Indiennes, indonésiennes, chinoises. L'influence de la médecine chinoise par exemple se lit au travers du travail sur les méridiens, des points par pression des doigts.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Connaître les caractéristiques du massage balinais, ses origines et le contexte traditionnel de sa pratique
- Être capable de réaliser un massage de relaxation unique, harmonieux, avec des modules énergétiques puis doux, afin de libérer le receveur de tout stress
- Savoir adapter sa méthode à la singularité du client
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Élaborer son protocole dans un temps défini.

CONTENU DE LA FORMATION



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 15/31



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 14 : Découverte et pratique

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage Balinais
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage du dos avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage des jambes des derrières avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 15 : Approfondissement et évaluation

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

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 2^{ème} journée :

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

MASSAGE SPORTIF DEEP TISSUE-2 jours - 16h





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Deep Tissue est une technique de massage à part entière qui signifie « Tissu Profond ». Le « Deep Tissue » est une méthode de massage qui permet de travailler les zones musculaires comme de la « Pâte à modeler ». En effet le praticien va travailler les zones musculaires et les fascias avec un rythme lent.

Inspiré du modelage Suédois, ce modelage a pour objectif principal de dissoudre les tensions par les pressions exercées par les coudes, les poings et les phalanges. Apprécié par le sportif dans le cadre de son entraînement ou de ses compétitions.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Pratiquer correctement les gestes spécifiques du massage Deep Tissue, en répondant aux attentes du client
- Utiliser les postures adéquates de sorte à protéger son dos et ses épaules, de sorte aussi à donner une bonne fluidité et une pression idéale, et adopter une juste distance,
- Savoir adapter le rythme de la séance et sa méthode à la singularité du client
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Élaborer son protocole dans un temps défini.

CONTENU DE LA FORMATION



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 17/31



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice

JOUR 16 : Découverte et pratique

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Deep Tissue
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent

- Démonstration et déroulement du modelage avec les diverses étapes du dos et illustrations.

13h30 – 18h30

Pratique :

- Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent
- Démonstration des jambes sur le dos et le côté
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations pratique en duo.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 17 : Approfondissement et évaluation

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière et fesses avec les diverses étapes et illustrations.

13h30 – 18h30

Pratique :

- Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent
- Démonstration et déroulement du modelage sur le ventre et les bras avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la dernière journée :

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

MASSAGE HAWAIEN « LOMI-LOMI » _2 jours - 16h





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Lomi-Lomi puise ses principes de l'ancienne philosophie polynésienne « Huna » qui soutient l'existence d'une relation nécessaire entre santé et joie de vivre. Le massage Lomi-Lomi assure la régularité des flux d'énergie en agissant sur les quatre éléments qui façonnent le corps et l'esprit de l'homme : l'air, la terre, le feu et l'eau.

Le massage commence par l'instauration d'une ambiance sereine entre le masseur et le client. Certains praticiens conservent le rituel ancien consistant à invoquer les esprits avant de passer aux actes.

Au cours du massage, le praticien utilise surtout les doigts et les paumes des mains mais aussi l'avant-bras, le coude ; le genou, voir même la plante des pieds. Le massage hawaïen est original grâce aux touchers affectueux du praticien procurant un état de bien-être plaisant (le massage des mains aimantes).

Une séance de massage Lomi-Lomi dure au minimum 1h30 et ne s'arrête que si le patient atteint le paroxysme de la relaxation.

Les bienfaits du massage Hawaïen :

Le massage Hawaïen a pour but de rétablir l'harmonie dans le corps et l'esprit du patient. Il soulage la tension musculaire, améliore la circulation du sang, réduit le stress, prévient les maladies, améliore le sommeil et la santé de la peau.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du modelage Hawaïen
- Maîtriser les indications et contres indications du modelage Hawaïen
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente
- Savoir adapter le rythme de la séance et sa méthode à la singularité du client
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Élaborer son protocole dans un temps défini.

CONTENU DE LA FORMATION



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 19/31



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 18 : Découverte et pratique

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Hawaïen Lomi-Lomi
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Démonstration des étapes par étapes déroulement du modelage du dos avec les avant-
- Bras diverses étapes et illustrations

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 19 : Approfondissement et évaluation

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Démonstration du modelage des jambes avant avec les diverses étapes des jambes de devant et illustrations.

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Démonstration et déroulement du modelage du ventre et d visage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la dernière journée :

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

MASSAGE AYURVEDIQUE – 4 jours - 32h



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 20/31



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage Ayurvédique est un massage venu directement d'Inde, où le mot Ayur se traduit par "Vie" et Veda par "Science", ainsi l'Ayurveda signifie "science de la vie" désigne la médecine indienne traditionnelle, elle cherche à maintenir la santé chez l'être sain.

L'Ayurveda offre une technique de massage traditionnel unique, pratiquée par les Indiens depuis des millénaires : c'est le massage Ayurvédique, aux multiples bienfaits.

Les palpations et pressions, pratiquées sur le corps dénudé et huilé, détendent, réduisent la tension nerveuse, et améliorent la circulation sanguine.

Le massage Ayurvédique est l'héritier d'une famille de massages venus d'Inde, berceau de toutes les techniques manuelles.

En Inde, l'origine du massage se confond avec les origines de la création de l'homme. Les épopées traditionnelles décrivent les athlètes, les archers et les combattants se préparant par des massages vigoureux, en appliquant sur leur peau de la terre, de l'argile, des farines ou des herbes médicinales. Les hommes se faisaient masser avec des huiles ou de l'argile à la recherche de moyens pour ralentir leur vieillissement. L'art du massage est transmis par la tradition orale de mère à fille ou de père à fils.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Étude des trois doshas Vâta-Pitta-Kapha
- Analyser le protocole adapté en fonction des trois doshas Vâta-Pitta-Kapha
- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du modelage Ayurvédique
- Maîtriser les indications et contre-indications du modelage Ayurvédique
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente
- Élaborer le protocole dans un temps défini.

CONTENU DE LA FORMATION



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 21/31



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 20 : Théorie des doshas

9h30 – 12h30

Théorie :

- Le modelage Ayurvédique : Son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les 3 doshas, leurs liens avec les centres énergétiques et avec l'équilibre psycho-émotionnel
- Les huiles et les épices utilisés lors du modelage et de leurs bienfaits

13h30 – 18h30

Pratique :

- Déroulement du massage comment le commencer
- Démonstration avec les diverses étapes et illustrations sur les jambes de devant
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 21 : Dos et Jambes

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Déroulement du modelage des jambes arrière, les pieds avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

13h30 – 18h30

Pratique :

- Déroulement du modelage du dos avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 22 : Ventre et méridiens





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

9h30 – 12h30

Théorie :

- Étude de cas avec protocole adapté en fonction du Doshas du client
- Redéfinir quelle est la fonction des trois Doshas
- Modelage du ventre

13h30 – 18h30

Théorie :

- Le lien avec le modelage

Pratique :

- Pratique sur les méridiens du corps
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 3^{ème} journée :

- Vérification des acquis
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 23 : Tête, bras et examen

9h30 – 12h30

Pratique :

- Déroulement du modelage de la tête et des bras avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

13h30-18h30 :

Théorie : Examen théorique

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Évaluation, contrôle pratique qui se fait tout le long de la journée et théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE 2 jours - 16h



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33

523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 23/31



BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage de réflexologie plantaire apporte la détente, améliore la santé intégrale et est très apprécié des personnes anxieuses car il est de la famille des modelages neuromusculaires. La réflexologie plantaire envisage les pieds comme une carte du corps où l'on peut agir sur des zones réflexes correspondant aux organes à stimuler. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical.

Ce modelage part du principe qu'il y a dans les pieds des zones correspondant à toutes les glandes, organes et parties du corps et permet d'accéder à une détente maximale.

Dans les philosophies orientales, les pieds sont la représentation miniaturisée de l'être humain, et l'être humain lui-même est une réplique de l'univers.

Ce massage procure un réel bien-être et certains y voient même le secret d'une santé préservée.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Acquérir une méthodologie de détente dans une séance de réflexologie plantaire
- Développer les gestes techniques appropriés aux différents enchaînements devant constituer une séance
- Acquérir les méthodes de réflexologie qui s'adressent aux pieds
- Intégrer la dimension relationnelle à cette pratique professionnelle de réflexologie
- Identifier les caractéristiques spécifiques, le champ d'application et les limites d'intervention de la réflexologie.

CONTENU 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

JOUR 24 : Découverte et pratique

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- La réflexologie plantaire
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage de la phase relaxante avec les diverses étapes et illustrations

13h30 – 18h30

Pratique :

- Déroulement du modelage de la phase de grattage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 25 : Approfondissement et évaluation

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage des mollets avec les diverses étapes et illustrations

13h30 – 18h30

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la dernière journée :

- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage

REFLEXOLOGIE PALMAIRE- 2 jours - 16h





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Idéal pour relâcher le corps dans sa totalité la réflexologie palmaire fait partie des soins choisis par les entreprises pour l'accompagnement des salariés mais aussi dans les cliniques, hôpitaux ou maisons de retraites. Elle s'inscrit aujourd'hui au cœur des médecines complémentaires.

Rapide et facile à exécuter, le massage des points d'acupuncture de la main procure une détente immédiate. Comme lorsqu'il s'agit des pieds, la réflexologie s'appuie ici sur des philosophies orientales, où l'on peut stimuler certains organes du corps en sollicitant des zones réflexes.

La réflexologie peut également s'utiliser pour un massage de la paume. C'est donc la main qui devient une représentation miniaturisée de l'être humain.

Avec des pressions glissées sur les points d'acupuncture, le masseur accède aux différents organes qu'il cherche à soulager

Moins complet et moins profond que le massage du pied, la réflexologie palmaire est plus rapide et plus facile à exécuter et procure une détente immédiate.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre un protocole de réflexologie palmaire (toucher sensoriel et balancement spécifique, stimulation de zones hétérogènes) afin d'accompagner la cliente dans une détente absolue
- Acquérir des manœuvres plus élaborées du protocole complet
- Savoir adapter sa méthode à la singularité du client
- Apporter une réponse adaptée à chaque cas rencontré
- Élaborer un protocole dans un temps défini.

CONTENU DE LA FORMATION



BEATITUDE FORMATION - 11, chemin de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer - bea.gcf@gmail.com - T 06 12 38 26 33
523 148 245 RM 06 - SIRET 523 148 245 00047 - Code N.A.F. (A.P.E.) 8559A - Code APRM 9602BB - **Organisme n° 93.06.08454.06**

- 26/31



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 26 : Théorie et découverte

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- La Réflexologie Palmaire
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité, pour qui, pour quoi ?
- Comment la mettre en avant, comment en parler ?
- Les zones réflexes.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et découverte des zones de réflexologie palmaire avec les diverses étapes et illustrations.

13h30 – 18h30

Théorie:

- Les cinq éléments
- Les méridiens

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et découverte des méridiens de réflexologie palmaire avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 27 : Approfondissement et évaluation

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des différents protocoles avec les diverses étapes et illustrations.

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Contrôle pratique.

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Évaluation théorique
- Contrôle pratique tout au long de la journée
- Échanges 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

MASSAGE DE BIEN-ÊTRE SHIATSU CRANIEN- 2 jours - 16h



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage crânien est un massage millénaire pratiqué par les familles indiennes. Le shiatsu crânien est une branche du massage shiatsu. Il se rapproche du massage shiatsu corporel, mais la seule différence est que les pressions effectuées par le bout des doigts sont moins appuyées. Ce massage est généralement effectué à base d'huiles essentielles le massage crânien est un moyen efficace pour se relaxer après les rudes journées de travail.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser toutes les techniques permettant une relaxation et une amélioration durable de la qualité du cuir chevelu et des cheveux.
- Élaborer un protocole dans un temps défini.





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 28 : Gestion complète d'une séance

9h30 – 11h00 : Structuration d'une séance

- Avant / pendant / après
- Gestion du temps
- Préparation du matériel

11h00 – 12h30 : Relation client

- Communication
- Recueil du ressenti
- Ajustement en temps réel
- Adapter aux besoins spécifiques
- Lecture corporelle
- Harmonisation

13h30 – 15h30 : Mise en situation

- Simulation complète (accueil → massage → clôture)

15h30 – 18h30 : Analyse de pratique

- Construction de séances personnalisées
- Débriefing collectif
- Ajustements techniques et relationnels
- Feedback individualisé

JOUR 29 : Évaluation pratique Bloc 2

9h30 – 12h30 : Mise en situation professionnelle

- Réalisation d'un massage complet
- Conditions réelles

13h30 – 15h30 : Autoévaluation

- Analyse du stagiaire
- Expression du ressenti

15h30 – 18h30 : Évaluation et feedback

- Retour du formateur
- Évaluation technique
- Axes d'amélioration





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 –

Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice

BLOC 3 – CRÉATION ET DÉVELOPPEMENT D'ACTIVITÉ **JOUR 30 : Création d'activité et cadre juridique**

9h30 – 11h00 : Statuts juridiques

- Auto-entrepreneur, entreprise, autres statuts
- Avantages / inconvénients

11h00 – 12h30 : Obligations légales

- Assurances
- Cadre réglementaire

13h30 – 15h30 : Démarches administratives

- Création d'activité
- Documents obligatoires

15h30 – 18h30 : Cas pratiques

- Mise en situation
- Choix du statut

JOUR 31 : Étude de marché et positionnement

9h30 – 11h00 : Analyse du marché

- Secteur du bien-être
- Concurrence

11h00 – 12h30 : Clientèle cible

- Segmentation
- Identification des besoins

13h30 – 15h30 : Positionnement

- Définir son offre
- Différenciation

15h30 – 18h30 : Atelier pratique

- Construction d'un positionnement
- Feedback

JOUR 32 : Marketing et communication

9h30 – 11h00 : Stratégie marketing

- Bases du marketing
- Positionnement commercial

11h00 – 12h30 : Outils de communication

- Réseaux sociaux
- Supports de communication

13h30 – 15h30 : Fidélisation client

- Relation client
- Expérience client

15h30 – 18h30 : Atelier pratique

- Création d'outils (offre, communication)
- Simulation





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 33 : Projet professionnel et évaluation finale

9h30 – 11h30 : Présentation des projets

- Présentation orale
- Argumentation du projet

11h30 – 12h30 : Échanges avec le formateur

- Ajustements
- Conseils

13h30 – 15h30 : Évaluation pratique finale

- Mise en situation complète
- Réalisation d'un massage

15h30 – 17h00 : Retour et évaluation

- Feedback
- Analyse des compétences

17h00 – 18h30 : Clôture de la formation

- Bilan global
- Remise des documents
- Projection professionnelle

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Spécialiste Master :

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).

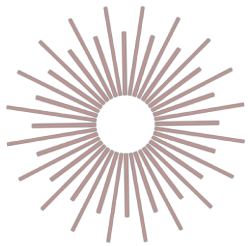
Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'un certificat de réalisation « spécialiste Bien-être ».

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.



ANATOMIE PALPATOIRE

Aller plus loin dans son expertise



BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Anatomie Palpatoire

PROGRAMME

Date de mise à jour document : le 09/03/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation en anatomie musculaire palpatoire appliquée au massage bien-être permet d'acquérir une compréhension globale du corps humain et de ses structures.

Elle associe théorie et pratique afin de maîtriser les repères osseux, les principaux muscles et les techniques de palpation.

Les participants développent leur sens du toucher et apprennent à identifier les tensions et les différents types de tissus.

Une approche spécifique du système digestif et du diaphragme permet de mieux comprendre les liens entre corps, respiration et bien-être.

La formation aborde également la posture du praticien pour travailler avec efficacité et sans se blesser.

À l'issue, les apprenants sont capables d'adapter leurs massages avec précision, sécurité et professionnalisme.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre l'anatomie descriptive du corps humain
- Identifier les repères osseux et musculaires principaux
- Développer des compétences de palpation anatomique
- Comprendre le fonctionnement du système digestif et du diaphragme
- Reconnaître les différents types de tissus
- Adapter les techniques de massage aux zones du corps

Public

Tout public

Tarif

1960€

Durée

56 heures
soit 8 jours de formation
de 8 heures

Lieu

11 che de la
Destourbe 06800





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

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Formation dispensée en présentiel
- Alternance entre apports théoriques et mises en pratique
- Démonstrations réalisées par le formateur
- Exercices pratiques réalisés en binôme entre participants
- Analyse de posture et mises en situation professionnelles

Moyens pédagogiques :

- Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- Support pédagogique remis aux participants
- Présentations théoriques (schémas anatomiques et biomécaniques)
- Démonstrations pratiques des techniques par le formateur
- Exercices pratiques encadrés (testing postural, mobilisations, protocoles de traitement)
- Études de cas et analyse de situations concrètes

MOYENS HUMAINS

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

Madame Sélia Messaoudene, kinésithérapeute

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 SICSIIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1 : Anatomie générale du corps humain

9h30 – 12h30

Théorie

- Organisation générale du corps humain
- Les systèmes du corps
- Le système osseux
- Les principaux os
- Rôle du squelette
- Introduction au système musculaire
- Introduction aux différents types de tissus du corps humain

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique

- Les grands groupes musculaires
- Fonctionnement muscle / articulation
- Repérage des zones osseuses principales
- Observation du corps
- Premiers repères palpatoires

Fin de la 1ère journée

- Échanges et discussions
- Ressentis et questions

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2 : Les systèmes du corps humain

Théorie

- **Le système nerveux**
- **Le système sanguin**
- **Le système lymphatique**

Comprendre leur rôle dans :

- La récupération
- La circulation
- Les effets du massage

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Pratique et Théorie

- **La peau**
 - Structure
 - Fonctions
 - Types de peau
- **Pratique**
 - Observation et toucher de la peau
 - Perception des tissus
 - Les différentes approches en fonction des tissus

Fin de la 2^{ème} journée :

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

JOUR 3 le système digestif

9h30 – 12h30

Théorie

- Anatomie du **système digestif**
 - Estomac
 - Intestin grêle
 - Côlon
 - Foie
 - Diaphragme
- Fonctionnement de la digestion
- Rôle du système digestif dans l'équilibre du corps
- Lien entre **stress, respiration et digestion**

Fin de journée

- Échanges et question

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique

- Localisation des organes digestifs
- Palpation abdominale douce
- Travail sur la **respiration et le diaphragme**

Application au massage

- Relâchement abdominal
- Détente viscérale
- Précautions et contre-indications
- Quand il est nécessaire de réorienter vers un professionnel de santé

Fin de journée

- Échanges et question





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 4 : Anatomie musculaire palpatoire

9h30 – 12h30

Théorie

Rappel de l'anatomie musculaire :

- Les différents types de muscles
- Rôle des muscles dans le mouvement
- Notions d'insertions musculaires
- Chaînes musculaires

12h30 – 13h30

- REPAS

13h30 – 17h30

Pratique

- Pratique palpatoire
- Apprendre à **repérer les muscles sur le corps** :
- Dos
- Épaules
- Bras et avant-bras
- Cuisse et Jambe
- Techniques :
- Palpation
- Observation des mouvements
- Repérage des tensions

JOUR 5 – Ergonomie et posture

9h30 – 12h30

Théorie

Ergonomie du praticien

- Posture du masseur
- Protection du dos
- Gestion de l'énergie et de la journée
- Placement autour de la table

12h30 – 13h30

Pause repas

13h30 – 18h30

Pratique

- Positionnement du client
- Installation correcte sur la table
- Ajustement de la hauteur
- Mouvements économes pour le praticien

Mise en situation pratique.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice

REPAS

JOUR 6 –

9h30 – 12h30

Théorie et pratique

- Anatomie de la **tête**
- Anatomie du **cou**
- Repères osseux et musculaires
- Mise en pratique palpatoire

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique

Apprendre à différencier les **types de tissus** :

- Tissu musculaire contracté
- Induration
- Structures osseuses
- Zones inflammatoires
- Zones graisseuses
- Œdèmes
- Rétention d'eau

Mise en pratique

- Palpation comparative
- Perception des textures tissulaires
- Adaptation du toucher

Intégration clinique

- Lecture du corps
- Adaptation du massage selon les tissus
- Échanges et retour d'expérience



JOUR 7 – Intégration pratique

9h30 – 12h30

Révision générale

- Anatomie
- Palpation
- Tissus
- Ergonomie

Mise en pratique complète

Application des connaissances :

- Lecture du corps
- Adaptation du massage
- Posture du praticien

12h30 – 13h30

Pause repas

13h30 – 18h30

Évaluation

- Contrôle théorique
- Contrôle pratique

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Évaluation portant sur les exercices effectués et le questionnement des stagiaires sur la compréhension de la théorie et de la mise en pratique. Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- Échanges 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 et à froid 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



MASSAGE BIEN-ÊTRE

et relaxants



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

CALIFORNIEN

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage californien fait partie de la famille des massages psycho-corporels. La gestuelle doit être esthétique et rythmée, sans lâcher le corps.

Fluidité, continuité, globalité sont les maîtres mots. Il a pour but de lâcher-prise, un mieux-être physique et moral. D'une durée d'1 heure, il s'effectue sur l'ensemble du corps, de la tête aux pieds, à l'aide d'une huile de massage parfois préalablement.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole pratique et les concepts théoriques du modelage Californien
- Maîtriser les indications et contre indications du modelage Californien
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente.

Public

Tout public

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 SICSI, 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 techniques de massage californien : glissés longs, mouvements amples et enveloppants
- 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 SICSI, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le 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

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage Californien
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage du dos 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 1^{ère} journée :

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

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

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 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 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 Spécialiste Master :

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 « spécialiste 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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

PIERRES CHAUDES

Date de mise à jour document : le 02/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage aux pierres chaudes est un massage complet du corps qui agit sur le schéma corporel, basé sur le rééquilibrage des énergies du corps.

En effet, tout au long du massage nous allons "ouvrir des portes" pour libérer les énergies négatives puis apporter des énergies positives et enfin "refermer les portes". D'une durée d'1h30, il s'effectue sur l'ensemble du corps, à l'aide de pierres de lave chaudes qui ont la capacité de garder et de restituer l'énergie qui est ici la chaleur.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage aux pierres chaudes
- Maîtriser les indications et contre indications du massage aux pierres chaudes
- Maîtriser la technique avec les pierres chaudes
- Élaborer un protocole dans un temps défini

Public

Tout public

Tarif

550 €

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

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 techniques de massage aux pierres chaudes : pressions, glissés et application des pierres sur les différentes zones du corps
- 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 :

- Le modelage aux pierres chaudes
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage des jambes arrières avec les pierres avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage du dos avec les pierres, en duo ou sur modèle, avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage sur les jambes arrières et le ventre 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 sur les bras et le visage, révision

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires



- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de stage de fin de stage

BEATITUDEFORMATION





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 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 Master :

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.





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 DE BIEN-ÊTRE PRÉNATAL

Date de mise à jour document : le 26/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Les futures mamans vivent des changements physiques, psychologiques et émotionnels importants pendant la grossesse. Tandis que c'est une merveilleuse période de bonheur et de joie, les futures mères supportent également une gêne physique comme des tensions musculaires, des maux de tête, un sommeil perturbé, une sensation de jambes lourdes ou des contraintes sur les articulations. Le massage latéral a pour effet de soulager les désagréments liés à la grossesse. La position latérale proposée aux futures mamans pendant le massage permet de masser, soulager et détendre toutes les zones du corps dans la position la plus adaptée et la plus confortable pour elles.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser les techniques des postures et des gestes du massage prénatal
- -Maîtriser l'accueil du client, l'installation et le déroulement d'une séance
- -Elaborer un protocole dans un temps défini

Public

Tout public

Tarif

660 €

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 SICISIC, 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 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.

Adeline Lloret, esthéticienne 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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Présentation

Théorie

- - Le massage prénatal
- - Son histoire
- - Sa spécificité

- Son utilité

- 10h - 12h30 : Pratique
- - Démonstration et déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
 - 12h30 – 13h30
 - REPAS
 - 13h30 – 18h30
 - Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

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
 - Pratique : Pratique en duo ou sur modèle
 - Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 2ème **journée** :

- Contrôle pratique tout au long de la journée
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





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 remis 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 Master :

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.





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 DE BIEN-ÊTRE POSTNATAL

Date de mise à jour document : le 27/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Les mamans vivent des changements physiques, psychologiques et émotionnels importants après la grossesse.

Ainsi le massage postnatal est un type de massage spécialement conçu pour répondre aux besoins émotionnels et physiques des femmes après la naissance du nouveau-né. Le massage offre de nombreux bienfaits, tant sur le plan psychologique que physique, ce qui constitue une source solide au rétablissement et à la relaxation de la mère.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Acquérir et maîtriser les techniques manuelles spécifiques au Massage Postnatal.
- Maîtriser les indications et contre indications du Massage Postnatal.
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture en s'adaptant à la morphologie et aux besoins de la cliente.
- Développer la qualité du toucher, de la relation et de la présence à l'autre.
- Réaliser un Massage Postnatal d'1h00 en fin de formation.

Public

Tout public

Tarif

660 €

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 SICSI, 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 techniques de massage postnatal : effleurages, pressions et techniques de drainage adaptées au corps de la jeune maman
- 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.

Mme Adeline Lloret, esthéticienne et certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

ACCÈS À LA FORMATION

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





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Présentation

Théorie

- Le massage postnatal
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

10h - 12h30 : Pratique

- Démonstration et déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

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

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 2^{ème} journée :

Contrôle pratique tout au long de la journée

- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





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
- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





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 Relaxant des fascias

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



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage relaxant des fascias est une technique de **massage bien-être douce, lente et enveloppante**, visant à favoriser une détente corporelle profonde et une meilleure perception du corps. Cette approche s'inspire du rôle des fascias, tissus de soutien présents dans l'ensemble du corps pour proposer un toucher respectueux, basé sur des **pressions légères, des mobilisations douces et des mouvements fluides**.

Le massage agit principalement sur :

- la détente globale
- la diminution des sensations de tensions
- l'amélioration du confort corporel

Il invite le corps à se relâcher en douceur et procure une sensation de lâcher-prise durable.

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

- Identifier les zones de tensions corporelles et adapter son toucher en conséquence
- Comprendre le rôle des fascias dans la sensation de confort et de mobilité (approche non thérapeutique)
- Maîtriser une gestuelle spécifique basée sur la lenteur, la douceur et la fluidité du mouvement
- Adapter la pression, le rythme et l'intensité du massage selon les ressentis du receveur
- Construire et réaliser une séance de massage relaxant structurée et sécurisée
- Développer une qualité de présence, d'écoute et de toucher adaptée au massage bien-être

Public

Tout public

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 SICSIĆ, 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 techniques de massage relaxant des fascias : pressions légères, mobilisations douces et mouvements fluides et enveloppants
- 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.

Jocelyne MOLINA RIVAS, massothérapeute depuis 15 ans.





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

Accueil des participantes

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

Apports théoriques

- Les fascias : définition simplifiée et rôle dans le confort corporel
- Organisation des tissus de la tête au tronc
- Notions de base :
 - souplesse
 - mobilité
 - sensation de tension

Approche vulgarisée, non thérapeutique

Pratique – Sensibilisation au toucher

- Travail sur la posture du praticien
- Qualité de présence et lenteur du geste
- Exercices de perception :
 - ressentir le mouvement
 - affiner son toucher
 - développer une gestuelle douce et enveloppante

Objectif : développer un toucher juste, lent et sécurisant

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Apports théoriques

- Spécificités du massage relaxant des fascias
- Importance du rythme lent et continu
- Adaptation du geste aux réactions du corps
- Approche sensorielle du mouvement et du relâchement

Pratique – Gestuelle de base (tête & haut du tronc)

- Apprentissage des premiers gestes
- Mobilisations douces et enveloppantes
- Mise en lien des zones (tête, nuque, épaules)
- Travail sur la fluidité et l'enchaînement

Fin de la 1^{ère} journée :

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





JOUR 2

9h30 – 12h30

Mise en situation professionnelle

- Préparation de l'espace de massage
- Accueil et installation de la cliente

Apports théoriques

- Les fondamentaux du massage bien-être :
- lenteur
- régularité
- qualité du contact
- Adapter son toucher :
- pression
- rythme
- écoute des réactions
- Installer une présence professionnelle et rassurante

Toujours dans un cadre non thérapeutique

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée

- Travail des zones :
 - crâne
 - visage
 - nuque
 - épaules
 - haut du dos
 - buste
- Apprentissage :
 - des enchaînements fluides
 - de l'adaptation au modèle
 - du rythme global du massage

Mise en situation

- Pratique en binôme ou sur modèle
- Réalisation d'un massage complet (tête au tronc)
- Ajustements individualisés

Fin de la dernière 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





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.



MASSAGE BIEN-ÊTRE

ancestraux



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 DE BIEN-ÊTRE HAWAÏEN LOMI-LOMI

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le soin Lomi-Lomi est une invitation au voyage dans les contrées exotiques hawaïennes. Ce modelage représente bien plus qu'une simple succession de manipulations et de gestes sur un corps douloureux. C'est un massage profond et rythmé, relaxant ou très revitalisant. Les longs mouvements fluides des avant-bras et des mains enveloppent le corps et chassent les toxines pendant que les pressions des coudes libèrent les tensions.

Le Lomi-Lomi est l'expression même de toute la philosophie polynésienne : un soin visant à équilibrer le rapport corps/esprit, intérieur/extérieur, physique/mental. C'est un soin authentique, empreint de sagesse traditionnelle qui veut que le corps soit traversé par une énergie (appelée "Mana") : douleurs, contrariétés et anxiété proviendraient en réalité d'une mauvaise circulation de cette énergie. Ce soin est une réponse à ces maux qui nous affectent, permettant de rééquilibrer cette énergie et retrouver ainsi une unité au sein même du corps. D'une durée d'une heure, il s'effectue sur l'ensemble du corps, à l'aide d'un mélange fève de cacao et huile d'amande douce tiédi.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre à masser de manière très posée et précise avec vos avant-bras
- Savoir alterner massage en profondeur et massage englobant
- Connaître les gestes essentiels pour masser chaque partie du corps
- Maîtriser un protocole original.

Public

Tout public

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 SICSI, 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 techniques de Lomi Lomi hawaïen : mouvements enveloppants, glissés amples et travail corporel global
- 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 SICSI, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le



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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Hawaïen Lomi-Lomi
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des étapes par étapes déroulement du modelage du dos avec les avant-bras diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage des jambes avant avec les diverses étapes des jambes de devant et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage du ventre et d visage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la dernière 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 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 Spécialiste Master :

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.





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 DE BIEN-ÊTRE BALINAIS

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage balinaise est une technique de massage bien-être complète, à la fois lent et profond, dont l'objectif est de favoriser la détente corporelle.

Issu principalement des traditions indiennes (Ayurveda) et développé en Indonésie, le massage balinaise intègre également des influences asiatiques variées. Il repose sur une alternance de manœuvres enveloppantes, de digito-pressions, d'étirements doux et de techniques occidentales telles que le modelage, le lissage et l'effleurage.

Cette technique vise à améliorer la relaxation, à réduire les tensions liées au stress et à offrir une expérience de massage fluide, structurée et professionnelle, dans le respect du cadre du massage bien-être.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Identifier les caractéristiques du massage balinaise, ses origines et son cadre d'application en massage bien-être
- Comprendre les principes fondamentaux issus des traditions indiennes influençant le massage balinaise
- Maîtriser les gestes techniques spécifiques : digito-pressions, étirements, effleurages, lissages et modelages
- Construire un massage balinaise complet, structuré et fluide
- Adapter l'intensité, le rythme et les manœuvres en fonction du receveur

Public

Tout public

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 SICSI, 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 techniques de massage balinais : glissés, pétrissages et pressions profondes
- 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 SICSI, 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage Balinais
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage du dos avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage des jambes des derrières avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

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

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- 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 Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

SHIATSU BIEN-ETRE INITIATION

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Shiatsu est pratiqué à travers tout le Japon et rencontre un écho favorable malgré le nivellement mondialisé qui éloigne des traditions. Le Shiatsu est un massage qui se pratique au sol. Le client porte des vêtements souples permettant la réalisation des mouvements. Les pressions, les étirements et mobilisations utilisés vont harmoniser, tonifier ou disperser l'énergie dans le corps en fonction des besoins. Le Shiatsu va stimuler les capacités d'auto-guérisons du corps mais aussi soulager les douleurs, les tensions, la fatigue et calmer l'esprit.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre les origines et les aspirations de cette technique
- Maîtriser les méridiens du corps
- Maîtriser les lignes, points et sens de la circulation
- Maîtriser les différentes manœuvres : la prise de contact, les chemins parallèles, les petits ponts, et les becs de perroquets, point pression.

Public

Tout public

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

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 techniques de Shiatsu : pressions digitales, étirements et travail sur les méridiens
- 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Apprentissage de l'accueil, des précautions, contre-indications en lien avec le massage, de la réception et de l'installation d'un client.
- Les notions théoriques et pratiques indispensables à la compréhension du Shiatsu.
- Comment Insérer dans sa pratique une nouvelle technique de massage et diversifier sa qualité du toucher en y intégrant la notion énergétique.

Pratique :

- Démonstration des étapes par étapes, déroulement du shiatsu du dos avec les pressions des paumes et des points, avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie :

- Les cinq éléments les méridiens.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage des jambes avant avec les diverses étapes, des jambes de devant et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage du ventre et d visage avec les diverses étapes et illustrations.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Fin de la dernière 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

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 Master :

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.



MASSAGE BIEN-ÊTRE

sportifs



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE SPORTIF DEEP TISSUE

Date de mise à jour document : le 21/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Deep Tissue, qui signifie « tissu profond », est une technique de massage à part entière visant à travailler en profondeur les muscles et les fascias. Cette méthode repose sur des manœuvres lentes, précises et contrôlées, permettant de relâcher durablement les tensions accumulées dans les tissus profonds.

Inspiré du modelage suédois, le massage Deep Tissue a pour objectif principal de dissoudre les tensions musculaires chroniques, d'améliorer la mobilité et de favoriser la récupération. Les pressions sont exercées à l'aide des coudes, des poings et des phalanges, tout en respectant l'écoute du corps et les limites du receveur.

Particulièrement apprécié des sportifs, ce massage s'inscrit aussi bien dans un cadre de préparation physique, de récupération après l'effort ou d'accompagnement des compétitions.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Pratiquer avec précision les gestes spécifiques du massage Deep Tissue
- Répondre aux attentes et besoins du client, en adaptant la séance à sa condition physique
- Utiliser des postures professionnelles adaptées afin de protéger son dos et ses épaules
- Maîtriser la pression, la profondeur et la fluidité des manœuvres
- Adopter une juste distance relationnelle et corporelle avec le client
- Adapter le rythme de la séance en fonction des zones travaillées et des réactions du massé
- Construire et réaliser un protocole cohérent dans un temps défini

Public

Tout public

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

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 techniques de massage Deep Tissue : manœuvres lentes, précises et profondes à l'aide des coudes, poings et phalanges
- 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 avec une approche psychocorporelle.





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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Deep Tissue
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent

- Démonstration et déroulement du modelage avec les diverses étapes du dos et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent

- Démonstration des jambes sur le dos et le côté
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations pratique en duo.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière et fesses avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

- Pratique : Travail en binôme, si le nombre est impair, un modèle sera présent
- Démonstration et déroulement du modelage sur le ventre et les bras avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la dernière 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





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.





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 SPORTIF SUÉDOIS

Date de mise à jour document : le 07/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage suédois est une technique de massage dynamique qui vise à dissoudre les tensions et à raffermir les muscles et les articulations.

Son effet tonifiant et relaxant favorise la circulation sanguine, lymphatique et l'élimination des toxines. Il aide ainsi le corps à retrouver son équilibre naturel. C'est aussi un massage défatigant instantané : aussitôt après avoir reçu ce modelage, la personne se sent ressourcée. Idéal en automne/hiver, car les nombreuses frictions réchauffent le corps.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Pratiquer et comprendre les gestes spécifiques du massage suédois
- Comprendre l'utilité du massage suédois
- Savoir quand et comment proposer et vendre le massage suédois à sa clientèle

Public

Tout public

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

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 techniques de massage suédois : effleurages mains/avant-bras, poings roulés, mobilisations et étirements
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de 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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Suédois
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage du dos avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des jambes sur le dos et le côté, déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière et fesses avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage sur le ventre et les bras avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la dernière 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





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
- 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 du massage en contrôle continu : Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- 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 Master :

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.



PROGRAMMES FORMATIONS

Massages Psychocorporels

CURSUS

Les bases du psychocorporel



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

PSYCHOCORPOREL – Niveaux 1, 2 et 3

Date de mise à jour document : le 19/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le corps porte en lui les mémoires de son vécu personnel. Nos souvenirs douloureux, nos traumatismes anciens, nos blessures intérieures, nos peurs, nos angoisses, nos expériences de vie sont refoulés dans l'inconscient. Ils s'inscrivent dans notre mémoire corporelle formant ainsi une véritable cuirasse protectrice jusqu'à modifier notre posture corporelle. Ils modèlent notre personnalité, notre caractère et nous maintiennent dans des modes de fonctionnement anciens.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Acquérir les compétences utiles pour exercer cette activité.
- Avoir les compétences de base est d'établir une relation de confiance avec son client.
- Savoir décrypter le langage inconscient du corps.
- Approfondir ses connaissances de la physiologie cutanée et de ses annexes.

Public

Tout public

Tarif

2 520 €

Durée

72 heures
soit 9 jours de formation
de 8 heures

Lieu

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



MASSAGES HOLISTIQUES

corps



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 techniques de massage psychocorporel : observation, écoute du corps et libération des tensions liées aux mémoires émotionnelles
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

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.

BEATITUDEFORMATION





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

- NIVEAU 1 -

N1 - JOUR 1

Introduction à la Psychosomatique et Cartographie des Zones Corporelles

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie : Comprendre les bases de la psychocorporelles et se familiariser avec la cartographie des zones corporelles et leurs significations émotionnelles.

- Présentation de la Psychosomatique
- Cartographie des Zones Corporelles

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice d'Observation Corporelle

Fin de la 1^{ère} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

N1 - JOUR 2

Haut du Corps : Tête, Cou et Épaules

9h30 – 12h30

Théorie : Observer les tensions et douleurs dans la tête, le cou et les épaules, et explorer leurs liens avec les charges mentales et émotionnelles.

- Symboliques de la Tête, du Cou et des Épaules

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice de Relaxation et de Connexion aux Zones du Haut du Corps.
- Partage des ressentis émotionnels associés aux douleurs et tensions.

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires



N1 - JOUR 3

Le Dos et le Soutien Émotionnel

9h30 – 12h30

Théorie : Explorer les douleurs et tensions dans le dos en lien avec les notions de soutien émotionnel et de fardeaux.

- Symboliques des Différentes Parties du Dos.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice d'Observation et de Détente du Dos.
- Discussion sur les liens entre douleurs et soutien émotionnel.

Fin de la 3^{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

- NIVEAU 2 -

N2 - JOUR 1

Le ventre : nos émotions

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie : Comprendre les tensions dans le ventre et la cage thoracique, en lien avec les émotions refoulées et l'intuition.

- Symboliques du Ventre et du Thorax

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice d'Observation et de Libération
- Partage des ressentis et des souvenirs associés aux douleurs dans ces zones

Fin de la 1^{ère} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires



N2 - JOUR 2

Membres Supérieurs et Inférieurs : Actions et Peur de l'Avenir

9h30 – 12h30

Théorie : Explorer les bras, mains et jambes en lien avec l'action, le contrôle, et les peurs futures.

- Symboliques des Bras, Mains et Jambes

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice de Mouvement Conscient.
- Partage des ressentis corporels et des émotions éveillées.

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

N2 - JOUR 3

Les Pieds : Enracinement, Progrès et Autonomie

9h30 – 12h30

Théorie : Explorer les pieds et leurs douleurs en lien avec l'ancrage, la direction de vie et l'autonomie.

- Symbolique des Pieds.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice d'Observation des Pieds et Ancrage.
- Partage des ressentis, échanges autour des expériences de stabilité et d'insécurité.

Fin de la 3^{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



- NIVEAU 3 -

N3 - JOUR 1

Intégration de la PNL et Interprétation des Couleurs de Peau

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie : Introduire des techniques de PNL pour libérer les tensions et explorer la symbolique des changements dans les couleurs de peau (rougeurs, pâleur, etc.).

- Introduction à la PNL en Psychocorporel

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Théorie : Suite

- Symbolique des Couleurs de Peau

Fin de la 1^{ère} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

N3 - JOUR 2

Synthèse, Plan de Pratique et Intégration

9h30 – 12h30

Théorie : Consolider les apprentissages, rédiger un bilan, et établir une routine quotidienne d'observation et d'apaisement des douleurs.

- Récapitulatif des Symboliques Corporelles et des Emotions Associées

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Élaboration d'une Routine Personnelle d'Observation et d'Ancrage.
- Clôture et Partage Final.

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- 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

N3 - JOUR 3

Symboliques des Chiffres et Archétypes de Personnalité

9h30 – 12h30

Théorie : Explorer la signification symbolique des chiffres de 1 à 9 et leur lien avec la personnalité, les comportements et les tensions corporelles.

- Introduction à la Symbolique des Chiffres.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique :

- Exercice d'Auto-Identification et d'Exploration de Son Chiffre Dominant.
- Visualisation et Ancrage des Aspects Positifs du Chiffre.

Fin de la 3^{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





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
- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Massage de bien-être Ayurvédique

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

L'Ayurveda se traduit par "Vie" et Veda par "Science", ainsi l'Ayurveda signifie "science de la vie", elle cherche à maintenir la santé chez l'être sain.

L'Ayurveda offre une technique de massage traditionnel unique, pratiquée par les Indiens depuis des millénaires : c'est le massage ayurvédique, aux multiples bienfaits.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Analyser le protocole adapté en fonction des trois doshas Vâta-Pitta-Kapha
- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage Ayurvédique
- Maîtriser les indications et contre-indications du massage Ayurvédique
- Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent et être à l'écoute de sa cliente
- Elaborer le protocole dans un temps défini

Public

Tout public

Tarif

1120€

Durée

32 heures soit 4 jours
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

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 techniques de massage ayurvédique : effleurages, pétrissages et mouvements circulaires
- 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'un certificat de réalisation reconnu 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 :

- Le modelage Ayurvédique : Son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les 3 doshas, leurs liens avec les centres énergétiques et avec l'équilibre psycho-émotionnel
- Les huiles et les épices utilisés lors du modelage et de leurs bienfaits

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Déroulement du massage comment le commencer ?
- Démonstration avec les diverses étapes et illustrations sur les jambes de devant
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Déroulement du modelage des jambes arrière, les pieds avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique

- Déroulement du modelage du dos avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 2^{ème} journée :

- Vérification des acquis
- 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 3

9h30 – 12h30

Théorie :

- Etude de cas avec protocole adapté en fonction du Doshas du client
- Redéfinir quelle est la fonction des trois Doshas
- Modelage du ventre

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Théorie :

- Le lien avec le modelage

Pratique : Pratique sur les méridiens du corps

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 3^{ème} journée :

- Vérification des acquis
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

JOUR 4

9h30 – 12h30

Pratique :

- Déroulement du modelage de la tête et des bras avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

12h30 – 13h30

REPAS

13h30-18h30 :

Théorie :

Examen théorique

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique qui se fait tout le long de la journée et théorique
- 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 Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

SHIATSU BIEN-ETRE INITIATION

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le Shiatsu est pratiqué à travers tout le Japon et rencontre un écho favorable malgré le nivellement mondialisé qui éloigne des traditions. Le Shiatsu est un massage qui se pratique au sol. Le client porte des vêtements souples permettant la réalisation des mouvements. Les pressions, les étirements et mobilisations utilisés vont harmoniser, tonifier ou disperser l'énergie dans le corps en fonction des besoins. Le Shiatsu va stimuler les capacités d'auto-guérisons du corps mais aussi soulager les douleurs, les tensions, la fatigue et calmer l'esprit.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre les origines et les aspirations de cette technique
- Maîtriser les méridiens du corps
- Maîtriser les lignes, points et sens de la circulation
- Maîtriser les différentes manœuvres : la prise de contact, les chemins parallèles, les petits ponts, et les becs de perroquets, point pression.

Public

Tout public

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 SICSIC, 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 techniques de Shiatsu : pressions digitales, étirements et travail sur les méridiens
- 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 SICSIC, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Apprentissage de l'accueil, des précautions, contre-indications en lien avec le massage, de la réception et de l'installation d'un client.
- Les notions théoriques et pratiques indispensables à la compréhension du Shiatsu.
- Comment Insérer dans sa pratique une nouvelle technique de massage et diversifier sa qualité du toucher en y intégrant la notion énergétique.

Pratique :

- Démonstration des étapes par étapes, déroulement du shiatsu du dos avec les pressions des paumes et des points, avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie :

- Les cinq éléments les méridiens.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage des jambes avant avec les diverses étapes, des jambes de devant et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage du ventre et d visage avec les diverses étapes et illustrations.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Fin de la dernière 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

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 Master :

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.



MASSAGES

psychoco-emotionnels



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE DU VENTRE TAOÏSTE

Date de mise à jour document : le 19/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Avec le massage Chi Nei Tsang, pratiqué par les moines taoïstes de la Chine ancienne, vous découvrirez pourquoi et comment détendre le ventre, la nécessité de débloquer l'énergie et l'importance que cette dernière circule librement.

Cette formation vous permettra de faire le lien entre les organes et les émotions et d'apprendre à libérer les émotions, sur vous et sur les autres, avec un toucher à la fois léger et profond, le tout visant à rétablir une bonne circulation de l'énergie dans l'abdomen.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du Chi Nei Tsang session 1 et 2
- - Maîtriser les indications et contre indications du Chi Nei Tsang session 1 et 2
- - Maîtriser la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- - Apprendre à être dans l'intention et dans le congruent, et être à l'écoute de son client
- - Elaborer un protocole dans un temps défini

Public

Tout public

Tarif

1680 €

Durée

48 heures
soit 6 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 SICSIC, 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 techniques de Chi Nei Tsang : pressions, manipulations abdominales et techniques de détoxination des organes
- 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.

Mme Stéphanie SILVESTRE, la formatrice, a été formée au Chi Nei Tsang en 2010, 2012 et a perfectionné ses connaissances en 2021 avec Mantak Chia sur 5 modules.

Stéphanie SILVESTRE est praticienne en mieux être depuis 2011 jusqu'à ce jour.

Elle enseigne le Qi Gong depuis 2012 et donne des formations en Chi Nei Tsang depuis 2015.

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

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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

SESSION 1

JOUR 1

9h – 13h

- - accueil et présentation
- Histoire du Chi Nei Tsang
- - les bienfaits et contres indications
- Qualité du lieu d'intervention
- - attitude et tenue du praticien
- - déroulement d'une séance
- - entretien verbal avant une séance
- - conseils en fin de séance
- - protection et préparation du praticien avant, pendant et après une séance
- - anatomie

14h à 18h

- - préparation du receveur
- - poisson d'or
- - harmonisation de la respiration entre donneur et receveur
- - prise de contact, écoute
- Observation et lecture du nombril
- - équilibre du nombril
- - ouverture portes des vents
- - ouverture mer des vents
- échanges discussions, ressentis, émotions, commentaires

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h – 13h

- Do In + Qi Gong
- révision des acquis de la veille
- détente diaphragme
- activer portes de l'aïne
- détoxination de la peau sur le ventre
- activer l'énergie et détendre le ventre par diverses techniques (écoper, osciller, pétrissage, ramasser, tapoter ...)

13h – 14h

REPAS

14h – 18h

- Détoxination du gros intestin
- Activer l'énergie du colon

Fin de la 2^{ème} 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 SICISIC, gérante et formatrice

JOUR 3

9h – 13h

- Révision acquis de la veille
- Détoxination de l'intestin grêle
- Activer l'énergie du grêle
- Comment quitter le ventre du receveur

13h – 14h

REPAS

14h – 18h

Fin de la 3^{ème} journée et dernière journée de la 1^{ère} session :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- Les élèves enchaînent le protocole en entier, en tant que donneur et en tant que receveur
- Contrôle de connaissance théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

SESSION 2

JOUR 4

9h – 13h

- - les 5 éléments
- - relation entre les organes et les émotions
- - anatomie
- - respirations avec les sons du Tao
- - ouverture portes des vents
- - détente diaphragme
-

13h – 14h

REPAS

14h – 18h

- - détoxination des poumons (tristesse)
- - contre-force appliquée au colon et sur la cage thoracique
- - travail omoplates
- - tonifier les poumons
- - échanges discussions, ressentis, émotions, commentaires

Fin de la 4^{ème} 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 SICSI, gérante et formatrice

JOUR 5

9h – 13h

- Révision des acquis de la veille
- Détoxination du foie (colère)
- Contre force et pompage
- Travail sur la vésicule biliaire
- Tonifier le foie

13h – 14h

REPAS

14h – 18h

- détoxination de la rate (ressassement)
- travail sur le pancréas
- contre force et pompage
- tonifier la rate
- le cœur et le péricarde
- apaiser le cœur
- échanges discussions, ressentis, émotions, commentaires

Fin de la 5^{ème} journée :

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

JOUR 6

9h – 13h

- Révision des acquis de la veille
- Les reins et surrénales (peur)
- Crocheter les reins
- Tonifier les reins

13h – 14h

REPAS

14h – 18h

Fin de la 6^{ème} journée et dernière journée de la 2^{ème} session :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- Les élèves enchaînent le protocole en entier, en tant que donneur et en tant que receveur
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

Enseignement : Chaque geste de base est montré et expliqué, puis il est ensuite travaillé par deux (l'un donne le massage, l'autre le reçoit) en alternant donneur et receveur.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

Fin de la dernière 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

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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





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 VISCÉRAL ÉNERGÉTIQUE

Date de mise à jour document : le 19/06/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage viscéral énergétique est une méthode douce et profonde qui allie techniques manuelles en apposition de main et travail énergétique pour libérer les tensions accumulées dans les organes internes.

Cette pratique favorise une meilleure digestion, soulage les douleurs abdominales et rééquilibre les flux vitaux du corps. Idéal pour apaiser le corps et l'esprit, il offre un véritable moment de reconnexion à soi.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Connaître l'anatomie des organes viscéraux
- Apprendre les techniques du massage viscéral énergétique
- Comprendre l'émotion liée à chaque organe et viscère

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 SICSI, 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 techniques de massage viscéral énergétique : apposition de main et travail énergétique sur les organes internes
- 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.

Mme Béatrice SICSI, certifiée masseuse à la fédération française du massage de 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

8h30 – 9h

Tour de table, présentation

9h – 10h

Théorie :

- Le massage viscéral énergétique : son histoire, sa spécificité, son utilité
- Les indications et contre-indications du massage viscéral énergétique

10h – 12h30

Pratique :

- Démonstration du protocole avec les différentes étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 17h

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

17h – 17h30 : Fin de la journée

- Test QCM et test pratique des acquis
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





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
- 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 du massage en contrôle continu : Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- 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 Master :

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.





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 DE BIEN-ÊTRE ET TAROT

Date de mise à jour document : le 17/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage aux tarots est une méthode de thérapie psychocorporelle qui repose sur l'interaction entre le corps et l'esprit. Et donc sur la nécessité de les utiliser pour aider la personne à délier ses 'traumatismes et blessures'. Notre formation de thérapie psychocorporelle aide la personne à se libérer des blocages logés à la fois dans la conscience et dans le corps. Nous allons donc libérer les blocages psychiques et physiques, par l'union du corps, de l'esprit et du toucher. Mais aussi avec les cartes ainsi que le référentiel de Tarot qui vont nous aider à comprendre quels sont les zones de tensions à travailler.

La thérapie est une méthode de dissolution des blocages ici on parle de thérapie du corps ou thérapie corporelle (lorsque le blocage se situe au niveau du corps beaucoup emploient le terme de thérapie corporelle). Sont répertoriées comme telles des méthodes comme : le shiatsu, certaines formes de massage comme l'Ayurvédique ou le massage Arc en ciel. Axées sur le corps, ces pratiques ne prennent pas en compte la personne dans sa globalité. C'est pour cela que j'ai rajouté le référentiel du Tarot à la pratique de ce massage.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- S'initier au tarot ainsi que de savoir maîtriser les bases du modelage.
- -Savoir intégrer la pratique du tarot
- ♦ ➤ -Elaborer un protocole dans un temps défini

Public

Tout public

Tarif

560 €

Durée

16 heures
soit 2 jours de formation
de 8 heures

Lieu

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



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 techniques de massage au tarot : glissés, pressions, drainages et protocoles par arcanes
- 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 SICSIC, 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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage et le tarot
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique :

- Déroulement du massage de la phase de relaxation avec les diverses étapes et illustrations phase relaxante

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du massage de la phase circulatoire avec les diverses étapes et illustrations phase de stimulation.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du déroulement et en comprendre l'utilité
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage depuis le début.

Fin de la dernière 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 Master :

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 « Praticienne 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.





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 DE BIEN-ÊTRE ARC EN CIEL

Date de mise à jour document : le 26/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le **massage Arc-en-Ciel bien-être** est une technique de massage originale associant le **toucher manuel** à l'utilisation des **couleurs comme support sensoriel**, dans une approche globale de relaxation.

Cette méthode s'inspire sur l'impact des couleurs sur la **perception, l'ambiance et la détente**, afin de créer une expérience de massage immersive et harmonieuse. Les couleurs sont utilisées comme un **outil d'accompagnement du massage**, favorisant le lâcher-prise, la détente mentale et le confort corporel.

Le massage Arc-en-Ciel s'inscrit exclusivement dans le **cadre du bien-être**, sans visée médicale, thérapeutique ou énergétique. Il vise à offrir une **relaxation profonde**, une sensation de recentrage et un apaisement global.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser toutes les techniques permettant une relaxation globale
- Elaborer un protocole dans un temps défini.

Public

Tout public

Tarif

560 €

Durée

16 heures
soit 2 jours de formation
de 8 heures

Lieu

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



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 techniques de massage Arc-en-Ciel : associations toucher-couleurs, enchaînements et rythmes adaptés à la détente sensorielle
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

ACCÈS À LA FORMATION

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

BEATITUDE 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

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



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Arc en ciel
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique :

- Déroulement du massage de la phase de relaxation avec les diverses étapes et illustrations phase relaxante

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du massage de la phase circulatoire avec les diverses étapes et illustrations phase de stimulation.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du déroulement arc en ciel et en comprendre l'utilité
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage depuis le début.

Fin de la dernière 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





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
- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.



MASSAGES de réflexologie



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE DE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage de réflexologie plantaire apporte la détente, améliore la santé intégrale et est très apprécié des personnes anxieuses car il est de la famille des modelages neuromusculaires. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical. Ce modelage part du principe qu'il y a dans les pieds des zones correspondant à toutes les glandes, organes et parties du corps et permet d'accéder à une détente maximale.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Acquérir une méthodologie de détente dans une séance de réflexologie plantaire
- Développer les gestes techniques appropriés aux différents enchaînements devant constituer une séance
- Acquérir les méthodes de réflexologie qui s'adressent aux pieds
- Intégrer la dimension relationnelle à cette pratique professionnelle de réflexologie
- Identifier les caractéristiques spécifiques, le champ d'application et les limites d'intervention de la réflexologie
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

Tarif

550 €

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

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 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 :

- La réflexologie plantaire
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage de la phase relaxante avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Déroulement du modelage de la phase de grattage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage des mollets 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, contrôle pratique et théorique
- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





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 Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

REFLEXOLOGIE PALMAIRE

Date de mise à jour document : le 24/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La réflexologie palmaire est une technique de relaxation manuelle permettant de stimuler des zones réflexes situées sur les mains afin de favoriser la détente globale et le bien-être.

Elle est aujourd'hui utilisée dans des contextes variés : entreprises, structures de soins de bien-être, ainsi qu'en pratique indépendante, en tant que méthode complémentaire de gestion du stress.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Réaliser un protocole complet de réflexologie palmaire
- Identifier et localiser les principales zones réflexes de la main
- Adapter sa pratique en fonction des besoins de la cliente
- Mettre en place un cadre d'accueil professionnel
- Construire et organiser une séance dans un temps défini
- Maîtriser les techniques de toucher spécifique (pressions, balancements, stimulation)
- Comprendre les bases théoriques (zones réflexes, méridiens, éléments)
- Appliquer un protocole structuré et cohérent
- Adopter une posture professionnelle (accueil, écoute, installation)

Public

Tout public

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

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 techniques de réflexologie palmaire : pressions, balancements et stimulations des zones réflexes
- 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 avec une approche psychocorporelle.





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 Acquérir les bases

9h30 – 12h30

Accueil et introduction

- Présentation de la formation et des participants
- Recueil des attentes

Apports théoriques

- Définition de la réflexologie palmaire
- Historique et origines
- Indications et bienfaits
- Publics concernés
- Présentation des zones réflexes

Pratique

- Découverte des zones réflexes
- Repérage sur la main
- Premières stimulations guidées

Après-midi (13h30 – 18h30)

Apports théoriques

- Introduction aux cinq éléments
- Notions de méridiens

Pratique

- Localisation des méridiens sur la main
- Techniques de stimulation associées
- Enchaînement progressif des gestes
- Démonstration et découverte des méridiens de réflexologie palmaire avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de journée

- Temps d'échange et intégration (ressenti, questions)





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 INTÉGRER ET PRATIQUER

9h30 – 12h30

Mise en situation professionnelle

- Préparation de l'espace de soin
- Accueil et installation de la cliente

Pratique

- Démonstration d'un protocole complet du massage anti-stress
- Mise en pratique en binôme
- Ajustements personnalisés

Après-midi (13h30 – 18h30)

Approfondissement pratique

- Réalisation d'une séance complète
- Gestion du temps
- Fluidité du protocole

Évaluation

- Mise en situation réelle
- Observation et corrections

Fin de la dernière 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





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 Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage de réflexologie plantaire Thaïlandais apporte la détente, améliore la santé intégrale et est très apprécié des sportifs car il est de la famille des modelages neuromusculaires. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical. Ce modelage part du principe qu'il y a dans les pieds des zones correspondant à toutes les glandes, organes et parties du corps et permet d'accéder à une détente maximale.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Acquérir une méthodologie de structuration d'une séance de réflexologie plantaire thaï
- Développer les gestes techniques appropriés aux différents enchaînements devant constituer une séance
- Acquérir les méthodes de réflexologie thaï qui s'adressent aux pieds, aux mollets et aux genoux
- Intégrer la dimension relationnelle à cette pratique professionnelle de réflexologie
- Identifier les caractéristiques spécifiques, le champ d'application et les limites d'intervention de la réflexologie
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

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

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 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 avec une approche psychocorporelle.





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 :

- La réflexologie plantaire thaï
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage de la phase relaxante avec les diverses étapes et illustrations

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Déroulement du modelage de la phase de grattage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1ère journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage des mollets 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 :

- Échanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





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 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 Master :

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.





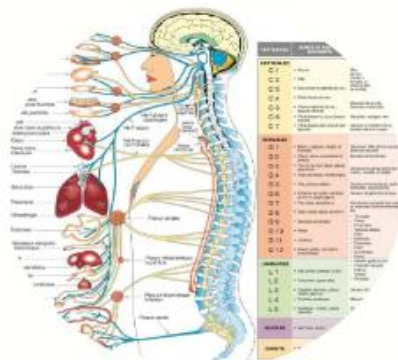
BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

REFLEXOLOGIE DORSALE

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La réflexologie dorsale est une technique de bien-être visant à procurer une profonde sensation de détente physique et émotionnelle grâce à un travail ciblé sur les zones réflexes du dos. Véritable soin de ressourcement, elle permet d'accompagner le relâchement des tensions accumulées liées au stress, à la fatigue et aux tensions du quotidien. Par des manœuvres spécifiques, lentes et enveloppantes, cette pratique favorise une sensation d'équilibre, de relaxation et de légèreté corporelle. Cette formation vous permettra d'intégrer une prestation complète et différenciante dans votre activité professionnelle bien-être, dans une approche exclusivement esthétique et non thérapeutique.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Réaliser un protocole complet de réflexologie dorsale dans un cadre bien-être
- Identifier les principales zones réflexes du dos et leurs correspondances
- Adapter votre toucher et votre gestuelle selon les tensions observées
- Maîtriser les manœuvres spécifiques de détente et de relaxation dorsale
- Construire un protocole fluide, structuré et professionnel dans un temps défini
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Comprendre les bases des méridiens et des cinq éléments dans une approche de relaxation
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

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 SICISIC, 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 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 SICISIC, 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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Découverte de la réflexologie dorsale

- Origines et principes de la réflexologie dorsale
- Les bienfaits du soin dans une approche bien-être
- Les indications et précautions d'usage
- Le rôle du dos dans l'accumulation des tensions physiques et émotionnelles
- Comment intégrer et valoriser cette prestation auprès de la clientèle
- Introduction aux cinq éléments
- Découverte des méridiens dans une approche relaxante

Approche des zones réflexes

- Identification des principales zones réflexes du dos
- Comprendre les tensions et réactions tissulaires
- Adaptation du toucher selon les besoins de la cliente
- Construction d'un protocole relaxant et cohérent

Pratique

Démonstration guidée

- Découverte des manœuvres spécifiques de réflexologie dorsale
- Techniques de pression, lissages et travail des tensions
- Déroutement du protocole étape par étape avec illustrations

Mise en pratique

- Travail en duo
- Développement du ressenti et de la qualité de toucher
- Adaptation des gestes selon les réactions observées

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique intensive

- Travail des différentes zones dorsales
- Gestion des tensions et adaptation du rythme
- Fluidité des enchaînements
- Réalisation du protocole complet

Mise en situation professionnelle

- Travail en binôme
- Correction individualisée
- Conseils sur la posture et le confort du praticien

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle théorique, la pratique est évaluée tout le long de la journée
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





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 remis 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 Spécialiste Master :

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.



MASSAGES

énergétiques (tête)



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE DE BIEN-ÊTRE SHIATSU CRANIEN

Date de mise à jour document : le 26/04/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le shiatsu crânien est une branche du massage shiatsu. Il se rapproche du massage shiatsu corporel, mais la seule différence est que les pressions effectuées par le bout des doigts sont moins appuyées.

Ce massage joue un important rôle sur les cheveux et sur la circulation sanguine. Le procédé induit un apport en énergie et assure le réveil de certains points particuliers de la boîte crânienne. Il agit sur le plan mental, physique, spirituel et émotionnel.

Le massage shiatsu crânien a la capacité d'irriguer le cuir chevelu, créant du coup une sensation de relâchement de celui-ci. Connu pour faciliter la circulation sanguine, ce type de massage est prôné pour combattre le cuir chevelu congestionné et même les chutes de cheveux.

Issu des techniques de massage asiatiques, il apporte également détente, décontraction et confort.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser toutes les techniques permettant une relaxation et une amélioration durable de la qualité du cuir chevelu et des cheveux.
- Elaborer un protocole dans un temps défini.

Public

Tout public

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

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 techniques de shiatsu crânien : pressions digitales, lissages et stimulation des points du cuir chevelu
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

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

BEATITUDEFORMATION



CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Shiatsu crânien
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique :

- Déroulement du modelage de la phase de relaxation avec les diverses étapes et illustrations phase relaxante

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage de la phase circulatoire avec les diverses étapes et illustrations phase de stimulation.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du déroulement des points de shiatsu et en comprendre l'utilité
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Déroulement du modelage depuis le début.

Fin de la dernière 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





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
- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

Micro Massage Cranien

Date de mise à jour le 26/02/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le MMC consiste à relancer doucement des pulsations au niveau de la boîte crânienne et donc dans le corps tout entier.

On agira également au niveau des sutures ostéo-crâniennes pour relancer la mobilité et la respiration intracrânienne.

Les légères manipulations presque imperceptibles ont un effet sur différents niveaux :

- La circulation sanguine et celle du liquide céphalo-rachidien. Améliorant l'ensemble,
- La décontraction musculaire et nerveuse,
- La mobilité et la respiration intracrânienne améliorées,
- La circulation d'énergie, est relancée.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique du micro-massage crânien
- Maîtriser les indications et contre-indications du micro-massage crânien
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Public

Tout public

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

Aucun pré-requis

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

Formation en présentiel

Cours théorique

Exercices pratiques :

Déroulé pédagogique complet remis à chaque participante

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

Etudes de cas

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.

Mme Béatrice SICSIK, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

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 :

- Le Micro-Massage Crânien (MMC)
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Protocole reçu en binôme

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- 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 remis 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 SICSIK « 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 ».





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 NEURO-ENERGETIQUE

Date de mise à jour document : le 21/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le massage Neuro-énergétique est inspiré de techniques de « ramancheurs ». Cette méthode, alliant énergie et intuition, peut être démontrée scientifiquement et pratiquée de façon logique.

Vous apprendrez à soulager de manière efficace : Maux de dos, entorses, tendinites, maux de tête, nerfs sciatiques, torticolis, bursites.

Cette formation spécifique et performante s'adresse à ceux qui désire se mettre à jour et améliorer l'impact de leurs soins avec leur clientèle.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Accueillir et accompagner les clients, savoir compléter une fiche de renseignement
- Maîtriser la pratique de la technique du massage neuro-énergétique
- Maîtriser les indications et contre-indications du massage neuro-énergétique
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Public

Tout public

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

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 techniques de massage neuro-énergétique : protocoles ciblés alliant précision technique et intuition énergétique
- 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.

Mme Béatrice SICSIK, Esthéticienne certifiée masseuse à la fédération française du massage de 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 SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage neuro-énergétique
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Protocole reçu en binôme

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Suite

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations
- Pratique en duo ou sur modèle

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, 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 SICISIC « 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.



MASSAGES

sonores énergétiques



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 AUX DIAPASONS CORPS

Date de mise à jour document : le 21/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La formation Massage aux diapasons est une initiation au massage qui permet de découvrir l'utilisation des diapasons sur le corps et autour du corps, comme outils complémentaires dans les pratiques de massage bien-être et esthétiques. L'approche proposée favorise la détente d'un protocole de massage bien-être et le relâchement profond grâce à cet outil elle ne remplace en aucun cas une formation en sonothérapie ou une pratique médicale. Les protocoles enseignés sont simples, pratiques et visent à enrichir la qualité des soins déjà pratiqués en institut ou en cabinet.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Découvrir l'utilisation des diapasons sur le corps comme outils complémentaires en massage bien-être
- Comprendre simplement l'impact des fréquences sonores et de la musique vibratoire sur la détente du massage bien-être corps.
- Connaître les précautions d'usage, les contre-indications et les bonnes pratiques d'entretien des diapasons.
- Apprendre à intégrer les diapasons dans une séance de massage bien-être pour enrichir la qualité du soin.
- Expérimenter et s'approprier plusieurs protocoles simples

Public

Tout public

Tarif

390 €

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 SICISIC, 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 techniques de massage aux diapasons : activation, harmonisation des chakras et des points marmas par les fréquences vibratoires
- 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 4 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.

Mme Maya LASSERRE de CHAMAYANE®, Massothérapeute et Sonothérapeute certifiée en science des sons, sonologie, sonopuncture par le centre de recherche et de formation MEDSON, créatrice de la marque ALCHEMIE l'Art du Massage Vibratoire® et du Label Sonothérapie Authentique®. Certifiée en Naturopathie Holistique titrée et agréée par le Syndicat Professionnel de la Naturopathie.





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





CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- **La science du son simplifiée**
 - Notion du massage vibratoire et des effets sur le corps et l'esprit
 - Découverte des fréquences de solfeggio et leur intérêt en massage bien-être.
 - Importance de la musique de fréquences durant un soin (écoute de supports fournis).
- **Introduction à l'approche ayurvédique**
 - Présentation simple des chakras (localisation, rôle, couleurs, fréquences, notes...).
 - Notions des points marmas d'harmonisation
- **Présentation des diapasons non pondérés**
 - Histoire et principes d'utilisation.
 - Différents diapasons présentés (136.10Hz pondérés et non pondérés, kit chakras, kit solfeggio).
 - Explications sur l'activation classique et en acupression, l'entretien et les contre-indications

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- **Prise en main des diapasons et protocole d'ouverture et clôture**
 - Exercices pratiques d'activation et d'utilisation.
 - Découverte du ressenti vibratoire entre stagiaires.
 - Ouverture et clôture par les diapasons autour du corps
- **Protocole de détente par l'écoute**
 - Application pratique des diapasons aux oreilles.
 - Mise en situation guidée par la formatrice.
- **Protocole d'harmonisation des chakras et des points marmas**
 - Travail pratique avec les diapasons non pondérés.
 - Mise en situation guidée par la formatrice
- **Démonstration des protocoles**
 - 1ère Démonstration sur les stagiaires par la formatrice
- **Mise en pratique d'un protocole à la fois**
 - Pratique en binôme par les stagiaires à tour de rôle
 - Déroulement et Supervision par la formatrice

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





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
- 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 SICSIK « 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 massage bien-être vibratoire, harmonisation aux diapasons corps ».

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.





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 AUX BOLS TIBETAINS

Date de mise à jour document : le 19/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La formation Massage aux bols tibétains est une initiation au massage qui permet de découvrir l'utilisation des bols sur le corps, comme outils complémentaires dans les pratiques de massage bien-être et esthétiques. L'approche proposée favorise la détente d'un protocole de massage bien-être et le relâchement profond grâce à cet outil elle ne remplace en aucun cas une formation en sonothérapie ou une pratique médicale. Les protocoles enseignés sont simples, pratiques et visent à enrichir la qualité des soins déjà pratiqués en institut ou en cabinet.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Découverte des différents types de bols, en fonction des zones du corps
- Apprentissage des techniques de massage placements sur gestuelle, enchaînements et rythmes adaptés aux besoins des stagiaires
- Accorder soin, intention et présence dans chaque geste.
- Choisir le bol adapté.
- Les contre-indications.
- Expérimenter et s'approprier les protocoles simples

Public

Tout public

Tarif

390 €

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 SICISIC, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Être formé à la pratique de massage bien-être

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours théorique : études, chiffres, données scientifiques
- Exercices pratiques : pratique de massage effleurage, pression glissée avec utilisations des diapasons
- 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
- 4 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.

Mme Maya LASSERRE de CHAMAYANE®, Massothérapeute et Sonothérapeute certifiée en science des sons, sonologie, sonopuncture par le centre de recherche et de formation MEDSON, créatrice de la marque ALCHEMIE L'Art du Massage Vibratoire® et du Label Sonothérapie Authentique®. Certifiée en Naturopathie Holistique titrée et agréée par le Syndicat Professionnel de la Naturopathie.

MDATE 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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 10h00 :

Accueil et introduction

- Présentation de la formatrice et des stagiaires.
- Objectifs et déroulé de la journée.

10h00 – 11h00 :

Découverte des bols chantants

- L'origine des bols chantants en métal et la pratique moderne adaptée au bien-être
- Découverte des différents types de bols, les notes et accords parfaits sur 3 bols.

11h00 – 12h00 :

L'application visage

- Apprentissage des techniques de massage, placements sur le corps .
- gestuelle, enchaînements et rythmes adaptés aux besoins de la personne

12h – 12h30 :

Présentation des outils complémentaires de bien-être

- Les contre-indications.
- Développer la capacité à ressentir, ajuster, écouter ce qui vibre à travers le corps du receveur. Accorder soin, intention et présence dans chaque geste.

Pause déjeuner (12h30 – 13h30)

Après-midi – Pratique (13h30 – 17h30)

13h30 – 14h30 :

Les protocoles

- Choisir le rituel adapté. Intégration du soin dans une séance de massage bien-être comme un complément de relaxation.
- Découverte des 2 protocoles
- Mise en situation guidée par la formatrice.

14h30 – 15h30 :

Démonstration des protocoles avec 3 bols en accord parfait

- Travail pratique avec les bols
- Démonstration guidée par la formatrice.

15h30 – 18h00 :

Mise en pratique d'un protocole à la fois

- Pratique en binôme par les stagiaires à tour de rôle
- Déroulement et Supervision par la formatrice

18h00 – 18h30 :

Clôture de la formation



- Vérification des acquis : évaluation, contrôle pratique et théorique.
- Échanges, discussions, ressentis et commentaires des stagiaires.
- Questionnaire de satisfaction.
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage.

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 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 Master :

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 massage bien-être vibratoire, harmonisation aux diapasons corps ».

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

MASSAGE VISAGE AUX DIAPASONS

Date de mise à jour document : le 23/05/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation est une initiation au massage aux diapasons sur le visage, comme outils complémentaires dans les pratiques de massage bien-être et esthétiques.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Découvrir l'utilisation des diapasons sur le visage comme outils complémentaires en massage bien-être.
- Les diapasons appliqués spécifiquement au soin du visage. Pourquoi la vibration potentialise les effets des zones réflexes faciales et agit sur la peau, les fluides. En sachant que les appareils vibrants agissent sur les fibroblastes
- Diapasons spécifiques visage et accessoires adaptés : fondamentaux, activation, entretien.
- Expérimenter et s'approprier plusieurs protocoles simples : de la praticienne, relaxation faciale & anti-âge & tonicité, drainage subtil & stimulation lymphatique
- Contenu idem que le corps mais sur le visage.

Public

Tout public

Tarif

390 €

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 SICSI, 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 techniques de massage du visage aux diapasons : activation, harmonisation des points marmas faciaux et relaxation par les fréquences vibratoires
- 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 4 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.

Mme Maya LASSERRE de CHAMAYANE®, Massothérapeute et Sonothérapeute certifiée en science des sons, sonologie, sonopuncture par le centre de recherche et de formation MEDSON, créatrice de la marque ALCHEMIE l'Art du Massage Vibratoire® et du Label Sonothérapie Authentique®. Certifiée en Naturopathie Holistique titrée et agréée par le Syndicat Professionnel de la Naturopathie.





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 SICSI, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- **La science du son simplifiée**
 - Notion du massage vibratoire et des effets sur le visage
 - Découverte des fréquences de solfeggio et leur intérêt en massage bien-être.
 - Importance de la musique de fréquences durant un soin (écoute de supports fournis).
- **Introduction à l'approche ayurvédique**
 - Présentation simple des doshas (localisation, rôle,...).
 - Notions des points marmas d'harmonisation
- **Présentation des diapasons non pondérés**
 - Histoire et principes d'utilisation.
 - Différents diapasons présentés (136.10Hz pondérés et non pondérés, kit chakras, kit solfeggio).
 - Explications sur l'activation classique et en acupression du visage l'entretien et les contre-indications

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- **Prise en main des diapasons et protocole d'ouverture et clôture**
 - Exercices pratiques d'activation et d'utilisation.
 - Découverte du ressenti vibratoire entre stagiaires.
- **Protocole de détente par l'écoute**
 - Application pratique des diapasons sur le visage
 - Mise en situation guidée par la formatrice.
- **Protocole d'harmonisation des points marmas sur le visage**
 - Travail pratique avec les diapasons non pondérés.
 - Mise en situation guidée par la formatrice
- **Démonstration des protocoles**
 - 1ère Démonstration sur les stagiaires par la formatrice
- **Mise en pratique d'un protocole à la fois**
 - Pratique en binôme par les stagiaires à tour de rôle
 - Déroulement et Supervision par la formatrice

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





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
- 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 SICSIK « 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 massage bien-être vibratoire, harmonisation aux diapasons corps ».

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.



CURSUS

énergétique



BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

REIKI USUI

Date de mise à jour document : le 21/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Cette formation Reiki s'adresse à toute personne, ainsi qu'aux praticiens du bien-être, souhaitant acquérir ou approfondir des compétences énergétiques et spirituelles dans une démarche d'équilibre global — physique, émotionnel, mental et spirituel. Elle vise à permettre à chacun de retrouver une harmonie intérieure, de mieux comprendre ses ressentis, et de développer une autonomie dans la gestion de son énergie et de ses émotions. À travers un enseignement progressif, alternant apports théoriques, pratiques énergétiques, méditations guidées et mises en situation, les participants apprendront à canaliser l'énergie universelle du Reiki pour l'appliquer sur eux-mêmes, sur autrui et à distance. La formation permet également d'intégrer le Reiki dans une activité professionnelle du bien-être ou d'en faire le socle d'une pratique indépendante éthique et consciente.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Développer une meilleure connaissance de soi et un équilibre global sur les plans physique, émotionnel, mental et spirituel.
- Acquérir les principes fondamentaux et les techniques du Reiki pour une utilisation personnelle ou professionnelle.
- Développer l'écoute, l'intuition et les perceptions énergétiques.
- Apprendre à utiliser le Reiki comme outil de mieux-être, de prévention et d'accompagnement.
- Intégrer le Reiki dans une démarche professionnelle d'accompagnement au bien-être.

Public

Tout public

Tarif

2 240 €

Durée

64 heures
soit 8 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 SICSI, 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 techniques de Reiki : canalisation de l'énergie universelle, symboles et transmission énergétique
- 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 4 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.

Amandine Fradet, maître Reiki et magnétiseuse depuis 2018.





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

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil et présentation du groupe

- Tour de table, présentation de chacun
- Introduction au Reiki : origine, philosophie, fonctionnement de l'énergie vitale
- Théorie : les 5 principes du Reiki, les corps énergétiques, les chakras
- Initiation au 1er symbole Reiki
- Méditation d'ouverture du canal énergétique

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Apprentissage de l'auto-traitement (protocole complet)
 - Exercices de ressenti de l'énergie (palpation énergétique, centrage, ancrage)
 - Échanges et ressentis
- Fin de journée : cercle de parole, partage des sensations et intégration énergétique

JOUR 2

9h30 – 12h30

- Révision de l'auto-traitement
- Théorie : comment donner un soin à une autre personne
- Démonstration du soin complet de base

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique en duo :

- Réalisation du soin complet sous supervision
 - Ajustement des positions, respiration, centrage
 - Échanges et ressentis
- Fin de journée : discussion, bilan du degré 1

Jour 3 – Degré 2 : Introduction & nouveaux symboles

9h30 – 12h30

- Introduction au degré 2
- Initiation aux 3 nouveaux symboles Reiki
- Signification, utilisation, activation
- Méditation d'intégration

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Exercices d'utilisation des symboles dans un soin
- Harmonisation énergétique
- Échanges et ressentis

formation





Jour 4 – Degré 2 : Soins à distance et cristaux

9h30 – 12h30

- Théorie : principe du soin à distance
- Apprentissage de la technique de traitement Reiki à distance
- Pratique guidée sur photo ou situation concrète

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Programmation d'un cristal de roche pour prolonger un traitement
- Nettoyage et déprogrammation des mémoires cellulaires
- Alignement avec le présent – projection dans le futur

Fin de journée : échanges, ressentis, intégration énergétique

Jour 5 – Degré 3 : Niveau Maîtrise – Symboles du Maître

9h30 – 12h30

- Initiation au symbole du Maître Reiki
- Théorie : compréhension du niveau de Maîtrise et de responsabilité
- Méditation d'ancrage et d'élévation

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Utilisation du symbole Maître dans un soin
- Programmation de plusieurs traitements simultanés
- Réalisation de soins spécifiques pour différentes situations

Fin de journée : échanges et intégration du niveau Maîtrise

Jour 6 – Degré 3 : Pratique avancée & intégration

9h30 – 12h30

- Révisions des symboles
- Mise en place d'un soin complet combinant plusieurs symboles
- Harmonisation énergétique du groupe

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Exercices en binôme : protocoles spécifiques
- Application des traitements parallèles
- Échanges et bilan de fin de degré 3





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICSI, gérante et formatrice

Jour 7 – Degré 4 : Niveau Enseignant – Symboles et ouverture de canal

9h30 – 12h30

- Présentation du rôle de l'enseignant Reiki
- Initiation aux 4 nouveaux symboles enseignants
- Théorie : ouverture du canal Reiki à chaque degré
- Méditation d'ouverture des centres énergétiques du corps
- Enseignement de la structure d'une initiation Reiki
- Pratique d'initiation simulée

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Exercices d'ouverture de canal
- Mise en pratique des symboles enseignants
- Synthonie de guérison (exercice collectif)
- Mise en situation : initiation guidée entre participants
- Échanges, ressentis, ajustements pédagogiques
- Préparation à la transmission future





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 8 – Intégration finale & certification

9h30 – 12h30

- Révision globale des 4 degrés
- Questions / réponses, retour d'expérience
- Méditation d'unification énergétique

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Clôture de la formation :

- Évaluation théorique et pratique continue
- Cercle de parole : émotions, ressentis, cheminement personnel
- Questionnaire de satisfaction
- Remise des **certificats de réalisation**
- Cérémonie de clôture du cycle Reiki





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
- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DÉBOUCHÉS POSSIBLES

Pour les formations Master massage :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 90 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 « masseur de bien être ».FFMBE

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

Guérisseur Divin

Date de mise à jour document : le 06/03/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

L'Initiation au Guérisseur Divin est un parcours de transformation intérieure et spirituelle destiné à reconnecter chacun à sa puissance d'amour et de guérison.

À travers trois modules progressifs, cette formation permet d'activer et de canaliser l'énergie du Guérisseur Divin pour soi et pour autrui.

Elle allie enseignements théoriques, pratiques énergétiques et méditations guidées.

Chaque degré ouvre un niveau de conscience et d'harmonisation plus profond.

Un véritable chemin d'éveil vers la maîtrise et la transmission de la guérison divine.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre et harmoniser les polarités énergétiques et les centres principaux du corps.
- Apprendre à canaliser et à utiliser l'énergie du Guérisseur Divin pour soi et les autres.
- Développer des techniques de soin en présentiel et à distance.
- Approfondir la connexion avec les Rayons Sacrés et les Archanges lors des séances.
- Acquérir la capacité d'ouvrir et de transmettre le Canal du Guérisseur Divin en tant qu'enseignant.

Public

Tout public

Tarif

840€

Durée

24 heures
soit 6 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 SICSI, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours 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
- 4 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.

Amandine Fradet, maître Reiki et magnétiseuse depuis 2018.

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



CONTENU DE LA FORMATION

Module 1 – Degré 1 : Niveau Initiatique

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil et présentation du groupe

- Tour de table, présentation des participants
- Introduction au concept du *Guérisseur Divin* : origine, énergie, philosophie
- Théorie :
 - Les polarités énergétiques : Yin / Yang, équilibre et circulation
 - Les 7 centres énergétiques (chakras) : rôle, influence, harmonisation
- Méditation d'ancrage et ouverture du cœur

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Exercices d'auto-centrage et de ressenti énergétique
 - Apprentissage de l'onde de forme spécifique à la canalisation de l'énergie du Guérisseur Divin
 - Mise en pratique : premier autotraitement guidé
 - Introduction aux mantras de programmation cellulaire de guérison
- Fin de journée : échanges, ressentis, intégration énergétique

Bilan du Degré 1 – Niveau initiatique



Module 2 – Degré 2 : Niveau Pratique

JOUR 2

9h30 – 12h30

- Révision des fondamentaux et recentrage énergétique
- Théorie : comprendre les origines des maux physiques et émotionnels
- Étude des liens entre le corps, l'esprit et les émotions
- Apprentissage du protocole de séance complète pour autrui : reconnecter à l'amour de soi, apaiser les douleurs et calmer le mal-être intérieur
- Théorie : la connexion énergétique à distance, comment canaliser et transmettre sans présence physique
- Apprentissage de la technique du soin à distance (rituel, connexion, intention, symboles ou mantras)
- Exercices de mise en pratique sur photo ou intention
-

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Applications concrètes de l'énergie du Guérisseur Divin dans différents contextes :
 - Soutien émotionnel
 - Soulagement d'une douleur
 - Harmonisation d'un lieu
 - Démonstration d'une séance complète
 - Mise en pratique en binôme : réalisation d'un soin complet
 - Ajustements du positionnement, respiration et intention
- Fin de journée : échanges et ressentis du travail énergétique



Module 3 – Degré 3 : Niveau Enseignement

JOUR 3

9h30 – 12h30

- Introduction au rôle d'enseignant et de transmetteur d'énergie
- Théorie :
 - Comment ouvrir le canal du Guérisseur Divin pour une autre personne
 - Responsabilités énergétiques et éthiques du formateur
- Initiation à l'utilisation des Rayons Sacrés : couleurs, vibrations, applications

le rôle des Archanges dans le processus de guérison

- Présentation des Archanges majeurs : Michaël, Raphaël, Gabriel, Uriel, Zadkiel, etc.
- Comment les inviter, reconnaître leur présence, canaliser leurs énergies
- Méditation de connexion aux Archanges et aux Rayons Sacrés
-

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

Transmission complète du Canal du Guérisseur Divin sur un autre participant

- Réalisation d'une séance guidée avec appel des Archanges et activation des Rayons Sacrés
- Révision globale de tous les modules
- Évaluation continue des acquis (théorie + pratique)
- Clôture de la formation :
- Échanges, ressentis, bilan de parcours
- Remise du certificat d'Initiation au Guérisseur Divin – Niveau Enseignant
- Cérémonie de clôture et ancrage final
- Exercices d'ouverture de canal sur un participant volontaire
- Visualisation et méditation guidée avec les Rayons Sacrés
- Intégration énergétique par pratique dirigée
- Fin de journée : échanges et intégration du travail vibratoire





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

DÉBOUCHÉS POSSIBLES

Pour les formations Master massage :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 90 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 « masseur de bien être ».FFMBE

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.





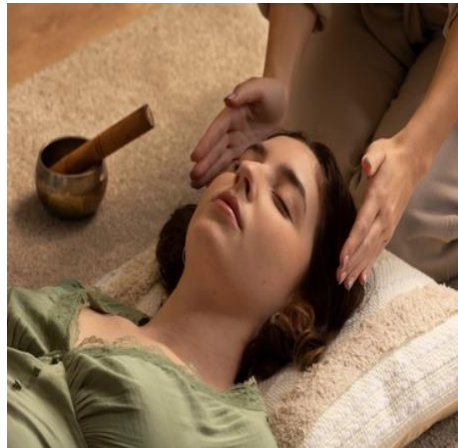
BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

CURSUS MAGNÉTISME

Date de mise à jour document : le 24/05/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Découvrez un cursus complet dédié à l'apprentissage du magnétisme traditionnel, intuitif et spirituel. À travers 5 modules progressifs, vous développerez votre sensibilité, apprendrez à transmettre l'énergie, à lire le corps et à accompagner les personnes avec justesse. Cette formation allie théorie, techniques éprouvées et une très large part de pratique. Vous serez guidé pas à pas pour acquérir confiance, sécurité et fluidité dans vos ressentis. À l'issue de ce cursus, vous serez en capacité de réaliser un soin énergétique complet sur autrui, en présentiel comme à distance.

!

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Développer votre ressenti énergétique, affiner votre perception et votre intuition.
- Maîtriser les techniques fondamentales du magnétisme : émission, nettoyage, harmonisation, relance énergétique.
- Apprendre à lire le corps, détecter les déséquilibres et comprendre les correspondances physiques/émotionnelles.
- Savoir pratiquer en toute sécurité : protection, ancrage, posture professionnelle et limites du praticien.
- Être capable de réaliser un soin complet, structuré et adapté, et accompagner une personne avec éthique et bienveillance.
- Développer une posture professionnelle favorisant l'écoute et le bien-être de la cliente
- Valoriser et présenter cette prestation au sein d'une offre bien-être globale

Public

Tout public

Tarif

2 750 €

Durée

80 heures
soit 10 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 SICISIC, 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 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.

Amandine Fradet, maître Reiki et magnétiseuse depuis 2018.





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

MODULE 1 : Les fondations du magnétisme

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil & présentation du groupe

- Introduction : Qu'est-ce que le magnétisme ? Origines, fonctionnement, champs vitaux
- Comprendre l'énergie humaine et la circulation des fluides
- Démonstration du pendule : comment le tenir, l'utiliser, interpréter ses mouvements
- Exercices de sensibilité et de perception du champ énergétique

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Éveil du ressenti : exercices en duo
- Autotests énergétiques (ressenti entre les mains, chaleur, picotements)
- Exercices d'ancrage et de recentrage
- Techniques de respiration magnétique

Fin de journée : échanges & ressentis

JOUR 2

9h30 – 12h30

- Purification énergétique : théorie + démonstration
- Mise en pratique : auto-nettoyage du champ vital
- Apprentissage de l'auto-traitement énergétique simple

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée :

- Exercices d'ancrage + ancrage profond
- Protection énergétique (visualisation, bulle, flux)
- Travail en duo : ressenti mutuel des champs

Fin du module 1 : partage & intégration

MODULE 2 : Savoir transmettre l'énergie

JOUR 3

9h30 – 12h30

- Les types de magnétisme : naturel, intuitif, spirituel



- Le rôle de l'intention, travail avec le cœur
- Polarités énergétiques : Yin/Yang – main émettrice / main réceptrice

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Techniques d'émission : souffle, regard, passes magnétiques
- Travail sur flux et retraits énergétiques
- Exercices en binôme : transmission contrôlée

Fin de journée : échanges

JOUR 4

9h30 – 12h30

- Nettoyage énergétique d'une personne : méthodes & précautions
- Démonstration du protocole de nettoyage complet
- Techniques de rechargement énergétique

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée :

- Protocole d'harmonisation énergétique complet
- Test en binôme : travail par zones

Fin du module 2 : partage & ressenti

MODULE 3 : Traitement énergétique & lecture du corps

JOUR 5

9h30 – 12h30

- Lecture intuitive du corps
- Détecter les déséquilibres énergétiques (sensations, intuitions, perceptions)
- Correspondances : chakras, organes, zones réflexes

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Méthode de scan corporel
- Travail en duo : lecture énergétique complète

Fin de journée : échanges

JOUR 6

9h30 – 12h30

- Techniques de dégagement : blocages, charges stagnantes
- Magnétisation ciblée : douleurs, inflammations, stress, TOC, tensions

12h30 – 13h30

REPAS



13h30 – 18h30

Pratique guidée :

- Travail sur les émotions cristallisées
- Introduction à la lecture symbolique corps-émotions
- Mise en pratique sur plusieurs cas

Fin du module 3

MODULE 4 : Approfondissement & techniques spécifiques

JOUR 7

9h30 – 12h30

- Magnétisme à distance : principes, méthodes, sécurités
- Purification d'un lieu : théorie + démonstration
- Nettoyage énergétique d'objets et d'espaces

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée :

- Exercices à distance sur photo
- Nettoyage énergétique d'un objet apporté par chaque élève

Fin de journée : échanges

JOUR 8

9h30 – 12h30

- Coupe-feu : techniques de soulagement rapide
- Précautions éthiques + limites du praticien
- Travail sur charges lourdes & entités : bases essentielles (sécurité + limites)

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique guidée :

- Magnétisme sur animaux ou plantes
- Travail complet sur plusieurs cas concrets

Fin du module 4

MODULE 5 : Intégration, posture professionnelle & certification

JOUR 9

9h30 – 12h30

- Déontologie de la pratique énergétique
- Les limites : ni médecin, ni thérapeute médical, ni sauveur
- Structurer une séance professionnelle : accueil, écoute, repérage des besoins

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30



Pratique :

- Mise en situation : simulation d'accompagnement complet
- Utilisation des ondes de forme : bases & pratique

Fin de journée : échanges

JOUR 10

9h30 – 12h30

- Révision générale des 4 modules précédents
- Questions / réponses
- Harmonisation énergétique collective

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Évaluation finale :

- Chaque élève donne un soin complet sur un cas réel
- Vérification des acquis : ressenti, technique, posture
- Échanges, ressenti, questions
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes



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 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 Master :

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.





BEATITUDE FORMATION

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

BEATITUDE FORMATION

L'initiation Lahochi

Date de mise à jour document : le 21/06/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

L'Initiation au Lahochi est une formation énergétique puissante qui permet d'accéder à une fréquence de guérison élevée favorisant l'harmonisation du corps et de l'esprit.

En deux modules complémentaires, elle offre une approche progressive du Lahochi, de l'autotraitement à la transmission de l'énergie à autrui.

Les participants découvrent comment équilibrer leurs polarités, activer leurs centres énergétiques et libérer les émotions bloquées.

Chaque séance allie théorie, pratique et méditations guidées pour une intégration complète.

Une formation idéale pour développer ses capacités de guérison et de canalisation lumineuse

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Comprendre les principes énergétiques fondamentaux du Lahochi et des polarités yin/yang.
- Apprendre à harmoniser ses chakras et à pratiquer l'autotraitement pour apaiser émotions et tensions physiques.
- Savoir réaliser une séance Lahochi sur autrui et à distance.
- Appliquer cette énergie dans différents contextes de soutien et d'accompagnement.
- Acquérir la maîtrise nécessaire pour transmettre l'ouverture du Canal Lahochi à d'autres.

Public

Tout public

Tarif

560 €

Durée

16 heures
soit 6 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 SICISIC, 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 techniques de Lahochi : ouverture du canal, harmonisation des polarités yin/yang et transmission énergétique
- 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 4 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.

Amandine Fradet, maître Reiki et magnétiseuse depuis 2018.



BEATITUDE FORMATION





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



CONTENU DE LA FORMATION

Module 1 – Degré 1 : Niveau Initiatique

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil et présentation du groupe

- Tour de table, présentation, intentions de formation
- Introduction au *Lahochi* : origine, vibration et bienfaits
- Théorie :
 - Les polarités énergétiques **Yin et Yang** : équilibre des forces vitales
 - Les **7 chakras principaux** : rôle, localisation et harmonisation
- Méditation d'ancrage et ouverture du canal Lahochi

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique :

- Apprentissage de l'**autotraitement Lahochi**
 - Exercices pour **switcher rapidement les émotions** et apaiser les inconforts physiques
 - Connexion au flux énergétique du Lahochi : ressenti et canalisation consciente
 - Mise en pratique guidée en autonomie
- Fin de journée** : échanges, ressentis, intégration énergétique

JOUR 2

9h30 – 12h30

- Révision des apprentissages du module 1
- Théorie : principes et éthique du soin Lahochi pour autrui
- Démonstration d'une séance complète pour apaiser les maux physico-émotionnels
- Apprentissage de la **technique de soin à distance** : connexion, intention, transmission

12h30 – 13h30 – REPAS

13h30 – 18h30

Pratique en duo ou sur modèle :

- Réalisation de séances Lahochi en duo et à distance
- Applications concrètes dans divers contextes : bien-être, accompagnement, purification énergétique
- Apprentissage de la **transmission du Canal Lahochi** sur d'autres personnes
- Exercices de mise en situation : initiation guidée et accompagnée

Fin de journée :

- Échanges, ressentis, évaluation des acquis
- Cérémonie de clôture et remise du **certificat d'Initiation au Lahochi – Degré 2**





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
- 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 SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DÉBOUCHÉS POSSIBLES

Pour les formations Master massage :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 90 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 « masseur de bien être ».FFMBE

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.





BEATITUDE FORMATION

