



PROGRAMME DE FORMATION 2026

GOMMAGE ET ENVELOPPEMENT CORPOREL – 16h00 (2 jours)

Formation individuelle en présentiel

▪ LES OBJECTIFS DE LA FORMATION / COMPÉTENCES VISÉES :

À L'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Intégrer le principe d'action du GOMMAGE et de l'ENVELOPPEMENT CORPOREL, bienfaits, contre-indications.
- Différencier les différentes formes galéniques d'un gommage, et d'un enveloppement, ainsi que les différents principes actifs utilisés, afin de proposer un gommage et/ou enveloppement adapté au type de peau
- Maîtriser la prise en charge client (accueil, installation, confort, hygiène)
- Maîtriser les différentes étapes du travail d'un gommage corporel de 30 min (techniques d'exfoliation manuelle, retrait et hydratation du corps)
- Maîtriser les techniques d'application d'un enveloppement corporel de 45 min (Température d'application, application manuelle, mise en place d'une technique de thermosudation, retrait et hydratation)
- Maîtriser un massage relaxant du visage, cou et décolleté de 15 min, à réaliser lors du temps de pose de l'enveloppement corporel.
- Gérer sa posture de travail, l'espace et le temps.

▪ CONTENU DE LA FORMATION :

JOUR 1 :

- Présentation du stagiaire, du formateur et du déroulé de la formation
- Quizz des connaissances initiales du stagiaire
- Lecture du protocole et présentation de la technique enseignée : son principe d'action, ses bienfaits, sa commercialisation, les contre-indications, l'accueil et la prise en charge du client...
- Installation du modèle et apprentissage des gestes spécifiques du **gommage du corps** (techniques d'exfoliation manuelle, retrait et hydratation du corps)
- Apprentissage des gestes spécifiques à l'**enveloppement du corps** (Température d'application, application manuelle, mise en place d'une technique de thermosudation, retrait et hydratation)

JOUR 2 :

- Apprentissage d'un **massage relaxant du visage, cou et décolleté** de 15 min, à réaliser lors du temps de pose de l'enveloppement corporel.-
- Révision de la prise en charge du client + du protocole complet
- La stagiaire reçoit le gommage et l'enveloppement corporel par la formatrice
- Ajustement des gestes et postures du stagiaire
- Évaluation écrite de la théorie
- Évaluation pratique sur prise en charge du client + du protocole complet sur le modèle du stagiaire
- Débriefing sur l'évaluation et la formation

▪ MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES :

- La technique enseignée est montrée par petites séquences sur le modèle volontaire.
- Le participant pratique ensuite sur son modèle l'enchaînement des gestes montrés.
- Le dernier jour de formation, la formatrice exécutera l'intégralité du massage sur le stagiaire qui devient «receveur»
- Remise d'un support de protocole sur la théorie et la pratique du massage.
- Fourniture de l'ensemble du matériel nécessaire (Table de massage, serviettes, produits de massage, matériels...)
- Contrôle continu des connaissances (quizz, questions-réponses)

▪ SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME : Fiche d'émargement à signer par demi-journée de formation

▪ APPRÉCIATION DES RÉSULTATS :

- Évaluation sur la prise en charge + pratique du soin complet sur un modèle
- Remise de l'attestation de présence au stagiaire
 - Pour les stagiaires professionnels : remise de l'attestation de fin de formation

▪ ENCADREMENT :

Lauriane FONT, diplômée du BTS Esthétique-Cosmétique, expérience professionnelle depuis 13 ans.
Esthéticienne, SPA-praticienne, formatrice certifiée et gérante de « L'or de vos mains ».

Public concerné :

Tout public à partir de 18 ans

Prérequis :

Être motivé(e), à l'écoute et bienveillant
Avoir un CAP esthétique-cosmétique

Résultats attendus :

Acquisition et pratique du protocole de gommage / enveloppement corporel

Modalité

Entretien téléphonique, dossier de candidature
Délai de 15 jours

Effectif :

1 personne
En présentiel

Tarif :

400 € net

Date :

A définir

Lieu :

A domicile, chez le stagiaire (périmètre 1h de Biscarosse)

Accessibilité PSH

Nous contacter

Pour aller plus loin

<https://www.lordevosmains.com/copie-de-massage-confort-des-mains-et>

