

ACTION DE FORMATION : LE PEELING VÉGÉTAL

DESCRIPTION : Cette formation permet aux professionnelles de l'esthétique d'apprendre à réaliser un soin peeling végétal doux, naturel et professionnel, adapté aux besoins de la peau.

Le soin repose sur l'utilisation de pochons de plantes aromatiques infusées, qui permettent une exfoliation progressive par action mécanique. Associé à un modelage spécifique du visage, il vise à améliorer l'éclat du teint, affiner visuellement le grain de peau, favoriser la douceur cutanée, stimuler les tissus et apporter une détente globale.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS :

À l'issue de cette formation, la stagiaire sera capable de :

- Expliquer les principes, les bénéfices, les indications et les contre-indications du soin peeling végétal.
- Préparer les produits, les pochons de plantes aromatiques et l'espace de soin dans le respect des règles d'hygiène.
- Réaliser un protocole complet de soin peeling végétal, incluant le modelage d'accueil et les manœuvres spécifiques avec les pochons.
- Adapter la pression, le rythme et l'intensité du soin selon le type de peau, la sensibilité et le confort de la cliente.
- Conseiller la cliente sur les précautions à respecter après le soin et l'intégration de la prestation dans une offre institut.

MÉTHODOLOGIE ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES : Formation réalisée en présentiel, alternant apports théoriques, démonstration technique, pratique guidée, travail en binôme et corrections individualisées. La méthode pédagogique est démonstrative, participative et expérientielle afin de permettre une acquisition progressive des gestes professionnels.

MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES : Un livret de formation est remis en début de session au format numérique et/ou papier. Les stagiaires peuvent prévoir un ordinateur ou de quoi écrire pour la prise de notes. Les moyens matériels nécessaires à la pratique, notamment table de soin, linge, produits, pochons, plantes et consommables, sont définis selon le lieu de formation et l'organisation retenue : formation en institut, location d'un espace équipé ou mise à disposition du matériel par l'organisme de formation. Les modalités pratiques sont précisées avant l'entrée en formation.

SUIVI ET ÉVALUATION : L'évaluation des acquis sera réalisée tout au long de la formation à travers des questions orales, des exercices pratiques et la production de supports simples. Une évaluation finale permettra de vérifier la capacité de la participante à être autonome dans la gestion de son activité selon les compétences visées.

PUBLIC VISÉ : Esthéticiennes diplômées.

DURÉE ET EFFECTIFS : 8 heures réparties sur 1 jours- 6 stagiaires maximum par session.

PRÉREQUIS : Maîtrise orale et écrite du français. Être titulaire du C.AP. Esthétique-cosmétique minimum ou en cours d'obtention.

MODALITÉS DE VALIDATION : Un certificat de réalisation, sera remis en fin de formation à la stagiaire, permettant d'attester de la réalisation effective de l'action de formation.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES : Nous contacter pour toute demande

QUALIFICATION DE L'INTERVENANT : Esthéticienne diplômée de niveau 5 avec une expérience de plus de 25 ans dans le domaine visé. Dont 10 ans, dans la gestion d'un centre de beauté et 10 ans, dans le développement stratégique commercial. Titulaire du titre professionnel de Formateur d'adultes professionnels. Formatrice référente du dispositif de parcours individualisé du FAFCEA.

DÉLAIS D'ACCESSIBILITÉS : 3 semaines avec possibilité d'entrée tardive sur demande.

CONTENU DU PROGRAMME DETAILLE

I. DÉCOUVRIR LES FONDAMENTAUX DU SOIN PEELING VÉGÉTAL

- Comprendre le principe du peeling végétal et son action mécanique douce sur la peau.
- Identifier la différence entre un peeling végétal mécanique et un peeling chimique.
- Expliquer les bénéfices esthétiques du soin : éclat, douceur cutanée, grain de peau affiné, stimulation des tissus et détente globale.
- Identifier les indications, précautions et contre-indications du soin.
- Situer le soin peeling végétal dans une offre visage en institut ou en spa.

II. PRÉPARER LES PRODUITS, LES PLANTES ET LE MATÉRIEL

- Identifier les produits, plantes aromatiques, pochons et consommables nécessaires à la prestation.
- Comprendre le rôle des plantes aromatiques utilisées dans le soin.
- Réaliser les pochons avec les mélanges de plantes adaptés.
- Organiser le poste de travail dans le respect des règles d'hygiène, de confort et de sécurité.
- Préparer la table, les produits et l'espace de soin avant l'installation de la cliente.

III. RÉALISER LE MODELAGE D'ACCUEIL

- Installer la cliente et créer une entrée de soin progressive.
- Réaliser la bulle olfactive et accompagner la respiration profonde.
- Effectuer les premières manœuvres de détente : pressions douces, ballotages, lissages et appuis alternés.
- Intégrer le ballotage du crâne, les étirements de la nuque et les étirements des cheveux.
- Adapter le rythme, l'intensité et la pression au confort de la cliente.

IV. MAÎTRISER LES MANŒUVRES SPÉCIFIQUES AVEC LES POCHONS

- Utiliser les pochons de plantes aromatiques infusées selon le protocole prévu.
- Réaliser les mouvements rotatifs sur les différentes zones du visage.
- Pratiquer les lissages, pressions glissées et pressions vissées.
- Intégrer les tapotages, frictions et battages doux.
- Adapter la pression, la chaleur, le rythme et l'intensité de l'exfoliation selon le type de peau et la sensibilité cutanée.
- Respecter les zones sensibles et les limites de la pratique.

V. RÉALISER LE PROTOCOLE COMPLET DU SOIN

- Observer la démonstration complète du soin réalisée par la formatrice.
- Reproduire les différentes étapes du protocole en binôme ou sur modèle.
- Enchaîner le modelage d'accueil, la préparation de peau, le travail avec les pochons et la finalisation du soin.
- Réaliser le soin complet sous supervision.
- Appliquer les corrections individualisées sur la posture, la pression, le rythme, la fluidité et l'enchaînement des gestes.

VI. ADAPTER LE SOIN ET CONSEILLER LA CLIENTE

- Adapter le soin selon le type de peau, la sensibilité, l'épaisseur cutanée et le confort de la cliente.
- Identifier les situations nécessitant de réduire l'intensité, de modifier certaines manœuvres ou de reporter le soin.
- Conseiller la cliente sur les précautions après soin : hydratation, protection, douceur dans la routine et éviction des gestes agressifs.
- Expliquer simplement les bénéfices et les limites du soin.
- Intégrer le soin dans une offre ponctuelle ou une cure visage.

SCÉNARIO PÉDAGOGIQUE DÉTAILLÉ

SÉANCE	OBJECTIF	DÉROULÉ	ACTIVITÉ
Séance 1 1 heure	Découvrir les fondamentaux du soin peeling végétal.	Présentation des objectifs de la journée, du soin, de ses bénéfices, indications, précautions et contre-indications. Explication de l'action mécanique douce des pochons de plantes aromatiques infusées sur la peau.	Échanges guidés, questionnement oral, analyse des attentes, identification des bénéfices client et des précautions à respecter.
Séance 2 1 heure	Préparer le matériel, les produits et les pochons.	Présentation du matériel, des plantes aromatiques, des produits et des règles d'hygiène. Préparation des pochons, organisation du poste de travail, préparation de la table et des produits.	Observation guidée, préparation du matériel, réalisation des pochons, vérification de l'organisation du poste et des règles d'hygiène.
Séance 3 2 heures	Observer et comprendre le déroulé complet du soin.	Démonstration complète par la formatrice : installation, modelage d'accueil, bulle olfactive, respiration, pressions douces, ballotages, lissages, travail avec les pochons, rythme, pression et finalisation du soin.	Observation active, prise de notes, repérage des étapes du protocole, échanges sur les manœuvres, le rythme et les points de vigilance.
Séance 4 1 h 30	Réaliser le soin en binôme ou sur modèle — groupe 1.	Mise en pratique du protocole complet par le premier groupe : préparation, installation, modelage d'accueil, utilisation des pochons, mouvements rotatifs, lissages, tapotages, pressions glissées, frictions, battages doux et pressions vissées.	Pratique supervisée. Une stagiaire pratique, l'autre reçoit le soin. Corrections individualisées sur posture, pression, rythme, fluidité et confort client.
Séance 5 1 h 30	Réaliser le soin en binôme ou sur modèle — groupe 2.	Inversion des rôles et mise en pratique du protocole complet par le deuxième groupe : adaptation de la pression, respect des zones sensibles, fluidité de l'enchaînement et finalisation du soin.	Pratique supervisée. Inversion praticienne / modèle. Feedback individualisé et ajustements techniques.