

## STRETCHING FACIAL

### Programme



#### PRESENTATION GENERALE

Le stretching facial est une technique manuelle innovante qui vise à détendre, étirer et tonifier les muscles du visage. Inspiré de méthodes de gymnastique faciale, ce soin agit en profondeur pour relâcher les tensions musculaires et améliorer la souplesse des tissus. Grâce à des étirements ciblés, muscle par muscle, il permet de lisser les traits, redonner de la tonicité à la peau et favoriser un effet liftant naturel.

Cette technique stimule également la circulation sanguine, apportant éclat et vitalité au teint.

Le stretching facial offre à la fois des bienfaits esthétiques et relaxants, contribuant à un visage plus détendu, harmonieux et visiblement rajeuni.

#### OBJECTIFS

- 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
- Elaborer un protocole dans un temps défini
- Acquérir assurance et professionnalisme

Public Tout public	Tarif 490€	Durée 8 heures soit 1 jour de formation de 8 heures	Lieu 108 boulevard baille 13005 Marseille
-----------------------	---------------	--	---

### Pré-requis

Aucun

### Accès

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

### Modalités pédagogiques

#### Méthodologie :

- ✓ Formation enprésentiel
- ✓ Cour théorique
- ✓ Exercices pratiques

#### Moyens pédagogiques :

- ✓ Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- ✓ Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à word et à
- ✓ power point
- ✓ 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.

Paumier Eva, esthéticienne diplômée depuis plus de 15 ans et formatrice spécialisée dans l'anti-âge naturel et la minceur .

### Date et délai d'accès à la formation

A planifier avec le formateur, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire. Acompter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation.



## CLINIC EXPERT PARIS

SIRET88254518900020 - Organisme de formation n° 93132045813  
Représenté par Mme Paumier Eva, gérante et formatrice

### Contenu de la formation

#### JOUR 1

8h30 – 12h30

Tour de table, présentation

Théorie :

- Introduction au stretching facial : principes et bienfaits
- Anatomie du visage : muscles peauciers et zones de tension
- Indications et contre-indications
- Techniques d'étirements musculaires du visage
- Règles d'hygiène, de sécurité et posture du praticien
- Élaboration d'un protocole de soin personnalisé

REPAS

13h30 – 17h30

Pratique : Sur modèle ou en binôme

- Apprentissage des étirements muscle par muscle
- Techniques de relâchement des tensions faciales
- Mise en pratique en binôme
- Travail des différentes zones : front, contour des yeux, joues, mâchoires, cou
- Adaptation du soin selon les besoins du client
- Conseils post-soin et suivi client

Fin 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



## CLINIC EXPERT PARIS

SIRET88254518900020 - Organisme de formation n° 93132045813  
Représenté par Mme Paumier Eva, gérante et formatrice

### Suivi de l'action

- ✓ Feuilles de présence signées par demi-journées
- ✓ Attestation de stage remise au stagiaire
- ✓ Suivi des stagiaires après la formation

### Evaluation 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
- Questionnaire d'évaluation à chaud et à froid par le formateur

### Contact

Mme Paumier eva , gérante et formatrice , " Clinicexpertparis" 108 boulevard baille  
13005 Marseille . tél : 06 .61. 31. 39 .84

---

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.