



**Carole Durand formation**

**472 chemin de la chapelle notre dame 83200 toulon**

**0673163129 – caroledurand84@gmail.com**

**Numéro Siret : 51043318800032**

**NDA : 93830640483**

## **PROGRAMME DE FORMATION face cupping**

Crée par Carole Durand, esthéticienne diplômée, avec plus de 15 ans d'expérience dans l'esthétique, la cosmétique et la vente.

C'est une large variété de formations qui est proposée : massages bien-être, massages du visage, soins esthétiques

Des formations complémentaires pour les professionnels de la beauté et du bien-être, ou à toute autre personne désireuse de s'initier ou de se perfectionner dans l'univers du bien-être.

L'objectif de ces formations est de savoir accueillir, informer et conseiller le client, maîtriser et appliquer les protocoles de chaque prestation et les protocoles d'hygiène correspondante.

Toutes les formations sont dispensées dans une salle dont l'adresse vous sera communiquée dans votre convocation après votre inscription. Toutes les formations sont dispensées par Carole Durand.

### **Objectifs de la technique :**

Le face cupping est une technique de massage manuel et avec accessoires sur le visage. Il vise à relancer la circulation sanguine, lymphatique et à raffermir l'ensemble du visage.

**Public vise :** Personne du milieu esthétique, ou toute personne souhaitant accroître ses connaissances dans le domaine de la beauté.

**Prérequis :** Aucun pré requis nécessaire. Formation en présentiel

### **Modalité et accès :**

Carole Durand Formation

472 chemin de la chapelle notre dame 83200 Toulon 0673163129

Siret 51043318800032 - NDA 93830640483

- ☐ Entretien téléphonique préalable pour validation du projet professionnel
- ☐ Accès à la formation après signature d'un contrat (particulier) ou d'une convention (professionnel)
- ☐ Entrées et sorties permanentes selon le planning disponible

### **Objectifs pédagogiques**

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

- Maîtriser les techniques de manipulation des ventouses spécifiques au cupping facial, en mettant l'accent sur la sensibilité et la délicatesse requises pour la zone du visage.
- Identifier les zones clés du visage où le cupping peut être appliqué avec efficacité, en fonction des besoins spécifiques de la cliente.
- Reconnaître les situations où le cupping facial n'est pas recommandé, ainsi que la gestion appropriée des risques associés.
- Maîtriser les connaissances théoriques et techniques permettant de réaliser la prestation Face Cupping.
- Savoir utiliser son matériel et l'adapter aux besoins de son client.

**Durée de la formation : 1 jour / 7h / 500 Euros**

### **Méthodes pédagogiques**

- Apports théoriques illustrés (supports numériques et papier)
- Démonstrations pratiques par la formatrice
- Mise en pratique en binôme (praticien / receveur)
- Analyse des pratiques et échanges guidés

### **Moyens pédagogiques et techniques**

- Salle équipée conforme à la pratique professionnelle
- Tables de massage
- Produits et consommables nécessaires au protocole
- Supports pédagogiques remis aux stagiaires

### **Modalités d'évaluation**

- Évaluation des connaissances théoriques via questionnaire écrit
- Évaluation pratique du protocole de face cupping à l'aide d'une grille d'observation
- Évaluation continue tout au long de la formation

### **Suivi de l'exécution**

Carole Durand Formation

472 chemin de la chapelle notre dame 83200 Toulon 0673163129

Siret 51043318800032 - NDA 93830640483

- Feuilles d'émargement signées par demi-journée
- Attestation de fin de formation remise au stagiaire

### **Qualification de la formatrice**

Formation dispensée par **Carole Durand**, esthéticienne diplômée, formatrice professionnelle, disposant de plus de 15 ans d'expérience dans les domaines de l'esthétique, des soins du visage et du bien-être.

### **Accessibilité aux personnes en situation de handicap**

L'accessibilité de la formation est étudiée au cas par cas. Des aménagements peuvent être envisagés en fonction des besoins spécifiques du stagiaire.

### **Dispositif d'amélioration continue**

- Questionnaire de satisfaction à chaud en fin de formation
- Analyse des retours stagiaires
- Ajustement des contenus et méthodes pédagogiques si nécessaire

## **PROGRAMME DE FORMATION**

9h : Présentation de la formation et de la prestation

9h15 :

### **Introduction au Face Cupping**

- Définition et origines du Face Cupping
- Principes fondamentaux de la technique
- Objectifs et avantages pour la peau du visage

### **Anatomie et Physiologie de la Peau du Visage**

- Structure de la peau du visage
- Circulation sanguine et lymphatique spécifique au visage
- Réponses cutanées aux stimuli du Face Cupping

### **Choix des Coupes et des Ventouses**

- Types de ventouses utilisées pour le Face Cupping
- Sélection des tailles et formes de coupes en fonction des zones du visage
- Compréhension des pressions appropriées pour différentes zones

### **Précautions et Contre-indications**

Carole Durand Formation

472 chemin de la chapelle notre dame 83200 Toulon 0673163129

Siret 51043318800032 - NDA 93830640483

- Situations où le Face Cupping est contre-indiqué
- Reconnaissance des réactions indésirables et actions correctives
- Conseils pour minimiser les risques potentiels

**9h45 : Binôme 1 : Techniques de Base en Face Cupping**

- Mouvements de base et séquences
- Utilisation des ventouses pour stimuler la circulation sanguine
- Combinaison de techniques pour une séance complète
- Prise en main des cups
- Réalisation des manœuvres de prise de contact et drainage manuel et cupping

10h30 : binôme 2 : idme

*11h15 pause*

11h30 Binôme 1 réalisation des manœuvres sur l'ovale du visage avec les grandes cup

12h Binôme 2 : réalisation des manœuvres sur l'ovale du visage avec les grandes cup

*12h30 pause déjeuner*

13h30 Binôme 1 pratique des manœuvres avec les petites cups sur les rides identifiées : patte d'oie, contour des lèvres, rides du lion, sillon naso génien

14h15 Binôme 2 pratique des manœuvres avec les petites cups sur les rides identifiées : patte d'oie, contour des lèvres, rides du lion, sillon naso génien

*15h Pause*

Changement de binôme pour s'entraîner sur d'autres visages

15h15 Binôme 1 pratique d'une prestation complète - personnalisation

16h Binôme 2 pratique d'une prestation complète – personnalisation

17h Fin de formation

Mise à jour : 02 janvier 2026e