

# Remise à niveau CAP : 1 journée visage et manucure, 1 journée épilation et 2 journées massage corps

## Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

## Organisme responsable et contact

ESTHETIK PRO FORMATIONS  
Amandine  
06.29.90.16.01  
esthetikproformations.dossiers@gmail.com

## Accès à la formation

### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarié(e)  
Actif(ve) non salarié(e)

### Sélection :

Dossier

### Niveau d'entrée requis :

Niveau 3 : CAP, BEP (Niveau 3 européen)

### Conditions d'accès :

Esthéticienne

### Prérequis pédagogiques :

Savoir écrire/lire et parler français

### Contrat de professionnalisation possible ?

Non

## Objectif de la formation

Remise à niveau pour prodiguer des soins du visage de qualité et à effectuer des manucures, épilations en fonction de la zone du corps et à réaliser des massages sur l'ensemble du corps.

## Contenu et modalités d'organisation

**Journée 1 : formation soin visage et manucure** Compétences visées : Comprendre les besoins de la peau du visage et les différentes étapes d'un soin du visage. Apprendre à effectuer un nettoyage de la peau, un gommage, une extraction des comédons, un massage du visage, et l'application de masques. Maîtriser les techniques de manucure, y compris le limage des ongles, la cuticule, le polissage et la pose de vernis. Appliquer les bonnes pratiques d'hygiène et de sécurité. **Journée 2 : formation épilation** Compétences visées : Apprendre les différentes méthodes d'épilation (cire, épilation à la pince, etc.). Maîtriser les techniques d'épilation des différentes zones du corps. Assurer le confort et la sécurité du client pendant l'épilation. Éviter les risques liés à l'épilation, tels que l'irritation ou l'infection. **Jour 3 & 4 : formation massage corps** Compétences visées : Comprendre les différentes techniques de massage et leurs effets sur le corps. Apprendre à adapter le massage en fonction des besoins du client (relaxation, relâchement de la tension musculaire, etc.). Maîtriser les mouvements, la pression et les séquences de massage. Assurer le bien-être et le confort du client pendant le massage.

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Individualisé**

## Validation(s) Visée(s)

> **Attestation de fin de formation**

## Et après ?

Suite de parcours

**Non renseigné**

## Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00395388	du 23/10/2023 au 31/12/2024	Limoges (87)	ESTHETIK PRO FORMATIONS		Non éligible	FPC