



Programme détaillé de formation EP2 - CAP Esthétique (14h)

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Réaliser** différentes techniques d'épilation (cire chaude, cire tiède, bandes) adaptées aux zones du corps et au type de peau du client. Savoir préparer la peau, appliquer la cire avec précision pour un résultat net et durable, tout en garantissant le confort du client. Appliquer strictement les protocoles d'hygiène et de sécurité afin de prévenir tout risque d'infection ou d'irritation. Être capable de conseiller le client sur les soins post-épilation et de détecter les contre-indications.
- **Réaliser** un ensemble de soins esthétiques visant à embellir les mains et les pieds, incluant le nettoyage, le limage, le polissage des ongles, le soin des cuticules et l'hydratation de la peau. Adapter les techniques et les produits utilisés selon l'état des mains et des pieds du client. Maintenir une hygiène rigoureuse et offrir un service de qualité qui valorise l'apparence et le bien-être des mains et des pieds, sans effectuer de soins profonds ou modelages spécifiques.
- **Préparer** les ongles des mains ou des pieds en respectant les règles d'hygiène (nettoyage, dégraissage). Appliquer une pose de vernis classique nette, uniforme et résistante, en choisissant les produits adaptés à l'état des ongles. Maîtriser les étapes de la pose pour assurer une tenue optimale. Conseiller le client sur l'entretien du vernis et les précautions à prendre afin de préserver la qualité et la beauté des ongles.
- **Acquérir** les compétences nécessaires pour conseiller la clientèle sur les soins, les produits et l'entretien.
- **Préparer** les candidats à l'évaluation finale du CAP Esthétique, présentée en candidat libre.

SO LADIES

16 place des fleurs 51450 Betheny

Tel : 0668498319 - Email : stephaniehaimery@soladies.net - SIRET 518 556 659 000 28

N° de déclaration d'activité : 44510206751 enregistré auprès de la DREETS de la région GRAND-EST

PUBLIC VISÉ

Cette formation est exclusivement destinée aux personnes engagées dans un parcours de CAP Esthétique, notamment en candidat libre.

PRÉREQUIS

Attestation sur l'honneur ou justificatif prouvant que la personne est engagée dans un parcours de préparation au CAP Esthétique.

DURÉE

14h00 en présentiel avec poste de travail individuel

Groupe de 2 personnes maximum

Lieu : 16 place des fleurs 51450 Betheny

MODALITÉS ET DELAIS D'ACCÈS

1. Entretien téléphonique préalable (vérification des prérequis et analyse des besoins)
2. Fiche de préinscription à remplir, à compléter et à renvoyer à stephaniehaimery@soladies.net
3. Validation des délais inscriptions selon le calendrier annuel (11 jours avant le début de la session)
4. Inscription

MOYENS TECHNIQUES – MÉTHODES MOBILISÉES

- Livret pédagogique PDF
- 14 heures de pratique esthétique
- Poste de travail individuel entièrement équipé

INTERVENANT

Stéphanie HAIMERY esthéticienne et formatrice.

TARIF

1000,00 € HT Net de TVA

EVALUATIONS

L'évaluation finale se fait dans le cadre du CAP Esthétique, présenté en candidat libre.

ACCESSIBILITÉ AUX PSH

Merci de nous consulter pour un aménagement de parcours personnalisé.
Stéphanie Haimery : 06.68.49.83.19
Email : stephaniehaimery@soladies.net

PROGRAMME DE FORMATION

Module 1: Epilation - 5 heures

- 1.1 Préparation du poste de travail et du matériel, désinfection du matériel et de la zone de travail
préparation des produits (cire, bandes, etc.)
- 1.2 Préparation de la peau, nettoyage et désinfection de la zone à épiler, vérification des contre-indications (irritations, lésions, allergies...) Application d'une poudre absorbante si nécessaire
- 1.3 Application de la cire, chauffage et contrôle de la température de la cire, application précise de la cire dans le sens de la pousse du poil. Pose de la bande si nécessaire.
- 1.4 Retrait du poil, rapide et ferme dans le sens inverse de la pousse, techniques pour minimiser la douleur et éviter les irritations
- 1.5 Soins après épilation, nettoyage des résidus de cire, application d'un produit apaisant ou antiseptique, conseils post-épilation
- 1.6 Nettoyage et désinfection du poste de travail, nettoyage complet du matériel et de la zone de travail, préparation pour le client suivant

Module 2: Beauté des mains ou des pieds 5heures

- 2.1 Préparation de l'espace et du matériel
- 2.2 Vérification de l'état des ongles et de la peau.
- 2.3 Nettoyage, bain emollient, désinfection.
- 2.4 Limage des ongles, choix de la forme adaptée, limage doux dans un seul sens.
- 2.5 Soins des cuticules, ramollissement, repousse douce avec bâton de buis.
- 2.6 Polissage léger, selon état de la plaque onguilaire .
- 2.7 Hydratation, application de crème adaptée, petit modelage si autorisé.
- 2.8 Conseils d'entretien, recommandations pour le maintien de la beauté des mains ou pieds.

Module 3 : Maquillage des ongles 4 heures

- 3.1 Nettoyage/dégraissage des ongles
- 3.2 Choix du vernis selon la carnation
- 3.3 Application de la base protectrice
- 3.4 2 couches de vernis fines et régulières
- 3.5 Finition avec top coat
- 3.6 Nettoyage des contours
- 3.7 Conseils d'entretien

SO LADIES

16 place des fleurs 51450 Betheny

Tel : 0668498319 - Email : stephaniehaimery@soladies.net - SIRET 518 556 659 000 28

N° de déclaration d'activité : 44510206751 enregistré auprès de la DREETS de la région GRAND-EST

SO LADIES

16 place des fleurs 51450 Betheny

Tel : 0668498319 - Email : stephaniehaimery@soladies.net - SIRET 518 556 659 000 28

N° de déclaration d'activité : 44510206751 enregistré auprès de la DREETS de la région GRAND-EST