



09

SANTÉ, BIEN-ÊTRE ET BEAUTÉ

Le bien-être physique et mental joue un rôle fondamental dans la performance et l'épanouissement personnel et professionnel. Nos formations sont conçues pour aider les individus à adopter des pratiques favorisant la santé, la prévention des risques et la valorisation de l'image de soi.

Que ce soit pour améliorer l'ergonomie au travail, comprendre les enjeux de la communication inclusive ou maîtriser l'art du maquillage professionnel, ces formations offrent des compétences clés applicables au quotidien.

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

Gestes et Postures – Prévenir les risques et améliorer l'ergonomie

Dans un environnement de travail où les activités physiques sont fréquentes, les troubles musculo-squelettiques (TMS) et les accidents du travail liés aux postures inadaptées représentent un enjeu majeur. Ces problématiques impactent non seulement la santé des collaborateurs, mais également la performance et la conformité de l'entreprise aux obligations réglementaires.

Cette formation vise à sensibiliser les collaborateurs aux bonnes pratiques en matière de gestes et postures, à identifier les risques liés à leurs activités quotidiennes, et à adopter des techniques adaptées pour prévenir les douleurs et blessures. Elle combine théorie et pratique pour garantir un apprentissage efficace et durable.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Tous les collaborateurs exposés aux risques physiques, quels que soient leur poste ou leur secteur d'activité.
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 1 jour (7h)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque session
- **Evaluations en fin de formation** : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : Gestes et Postures - Prévenir les risques et améliorer l'ergonomie.

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques post-formation pour approfondir des cas complexes.
- Proposer un coaching individuel pour adapter les techniques aux spécificités du poste de chaque participant.
- Digitaliser le contenu avec des supports interactifs (capsules vidéo, fiches pratiques).
- Concevoir un suivi collectif avec des retours d'expérience pour pérenniser les bonnes pratiques.

Méthodes pédagogiques

- 70% pratique et 30% théorique
- Mises en situation
- Études de cas
- Serious games
- Jeux de rôles, pratiques interactives.
- Débriefings
- Apports théoriques en lien avec la pratique

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Adopter des gestes et postures sécurisés pour prévenir les troubles musculo-squelettiques, améliorer les conditions de travail et respecter les obligations réglementaires en matière de santé et sécurité.

Objectifs de chaque module :

- Intégrer la réglementation et les bases théoriques
- Utiliser les Techniques gestuelles et posturales
- Ergonomie et aménagement du poste de travail sur écran
- Mise en place d'un plan de traitement permettant de limiter les TMS (troubles musculosquelettiques)





PROGRAMME

MODULE 1 – INTÉGRER LA RÉGLEMENTATION ET LES BASES THÉORIQUES

- Identifier la législation propre aux gestes et postures au travail (Code du Travail, hygiène et sécurité).
- Analyser les accidents de travail liés aux manutentions manuelles.
- Comprendre les TMS : définitions, causes et conséquences.
- Observer les statistiques d'accidents de travail et maladies professionnelles en France.
- **Cas pratique** : Analyse de situations concrètes d'accidents de travail liés aux manutentions.

MODULE 2 – UTILISER LES TECHNIQUES GESTUELLES ET POSTURALES

- Comprendre le fonctionnement du corps humain : anatomie et physiologie appliquées.
- Identifier les pathologies courantes : dos, membres supérieurs, articulations.
- Apprendre les postures invariantes et le verrouillage lombaire, mise en évidence des risques potentiels d'accidents
- Connaître les techniques de gestuelles (port de charges lourdes ou encombrantes).
- Identifier les EPI (Equipement de Protection Individuel)
- Identifier les notions de premiers secours
- Comprendre la notion d'effort au travail
- Se préparer à l'effort physique en réalisant les échauffements
- Savoir se détendre en réalisant des étirements
- **Mise en situation** : Mise en situation réelle avec manipulation de charges sous supervision.

MODULE 3 – ERGONOMIE ET AMÉNAGEMENT DU POSTE DE TRAVAIL SUR ÉCRAN

- Identifier les principes d'ergonomie du poste de travail.
- Analyser les attitudes et réaliser une analyse du poste de travail.
- Proposer des aménagements ergonomiques pour prévenir les risques.
- Sensibiliser au travail sur écran : bonnes pratiques et fatigue visuelle.
- **Cas pratique** : Diagnostic ergonomique d'un poste de travail avec recommandations adaptées.

MODULE 4 – MISE EN PLACE D'UN PLAN DE TRAITEMENT PERMETTANT DE LIMITER LES TMS (TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES)

- Analyse des attitudes au poste de travail et analyse du poste de travail
- Qu'est-ce que le principe d'ergonomie du poste de travail
- Propositions d'aménagements et de conseils, les gestes à éviter
- Comment bénéficier des aides financières pour aménager mon poste de travail
- **Exercice pratique** : Mise en place de procédure aménagée en fonction du poste de travail de l'apprenant.



GESTES ET POSTURES

L'entreprise souhaite sensibiliser ses collaborateurs aux bonnes pratiques de manutention et de posture afin de prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS) et les accidents liés aux gestes inadaptés. Cette formation s'adresse aux personnes exposées à des manipulations manuelles, au port de charges ou à des gestes répétitifs dans le cadre de leur activité. Les besoins identifiés concernent la compréhension du fonctionnement du corps, l'identification des facteurs de risque posturaux, et l'adoption de techniques simples de levage et de gestes adaptés à chaque situation. Il est également essentiel d'intégrer les principes d'ergonomie au poste de travail pour limiter la fatigue et préserver la santé physique sur le long terme.

La formation se déroule sur le lieu de travail afin de s'adapter aux contraintes réelles et d'observer les gestes professionnels en conditions. Elle combine apports théoriques, démonstrations, exercices pratiques et études de cas concrets.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Toute personne dont le travail implique régulièrement à la manutention de charges, l'exécution de gestes précis ou répétitifs, des postures à risques.
- **Prérequis** : Aucun
- **Durée** : 0,5 journée (3h30h)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap
www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- **Evaluations en fin de formation : Evaluation des acquis**
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : Geste et posture

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques pour approfondir les pratiques des gestes et postures.
- Proposer des séances de coaching individuel pour intégrer les acquis dans des contextes réels.
- Digitaliser les contenus pour offrir un accès continu aux outils et modules de renforcement.
- Créer des sessions de partage d'expérience entre les apprenants pour capitaliser sur les retours terrain.

Méthodes pédagogiques

- 70% pratique et 30% théorique
- Mise en situation/ jeux de rôles
- Echanges et partages d'expériences
- Analyse des pratiques
- Livret pédagogique
- Supports vidéos
- Whiteboard
- Modèles anatomiques
- Gilet de prévention

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Etre sensibilisé aux troubles musculo-squelettiques (TMS) et savoir s'en prémunir.

Objectif global de la formation :

- Comprendre les fondamentaux anatomiques et réglementaires
- Mettre en pratique les gestes et postures adaptés au poste de travail

Compétences visées

- Identifier les risques liés aux gestes et postures.
- Adopter une posture ergonomique et sécuritaire.
- Appliquer les gestes justes pour la manutention et les postures au bureau.
- Participer activement à la prévention des risques professionnels

PROGRAMME

MODULE 1 – PARTIE THÉORIQUE – COMPRENDRE LES FONDAMENTAUX ANATOMIQUES ET RÉGLEMENTAIRES

- Présenter les objectifs et le déroulement de la formation.
- Comprendre la réglementation en vigueur
- Identifier les notions essentielles d'anatomie et de physiologie liées à l'activité physique.
 - Connaître la structure et le rôle du squelette.
 - Identifier les principaux groupes musculaires sollicités dans les gestes professionnels.
 - Comprendre la structure et le fonctionnement de la colonne vertébrale.
 - Expliquer le rôle et la fragilité du disque intervertébral.
- Repérer les facteurs aggravants et les mauvaises postures à risque.
- Détecter les signes anormaux
- Analyser les statistiques et la répartition des accidents du travail liés aux TMS.
- Identifier les moyens de prévention individuels et collectifs.
- Étudier les principes fondamentaux et les mécanismes de déclenchement des lésions dues aux postures inadaptées.
- Appliquer les recommandations de prévention dans la vie quotidienne et professionnelle.

MODULE 2 – PARTIE PRATIQUE – METTRE EN PRATIQUE LES GESTES ET POSTURES ADAPTÉS AU POSTE DE TRAVAIL

- Observer et reproduire les démonstrations de gestes adaptés aux situations de travail.
- Mettre en œuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Réaliser des manipulations et exercices pratiques sur le poste de travail.
 - S'exercer à lever et porter des charges en respectant les postures sécurisées.
 - S'entraîner à déplacer et poser des objets en appliquant les bonnes pratiques ergonomiques.

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

PRÉVENIR LES RISQUES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES (TMS)

L'entreprise souhaite renforcer la prévention des troubles musculosquelettiques (TMS) afin de protéger la santé de ses collaborateurs et de réduire les risques liés aux postures inadéquates et aux efforts physiques répétés. Les enjeux identifiés concernent à la fois la diminution de l'absentéisme, l'amélioration du bien-être au travail et la performance collective.

Les besoins exprimés portent sur la sensibilisation des salariés aux risques TMS, l'adoption de bonnes pratiques ergonomiques au quotidien et la mise en place d'actions concrètes de prévention adaptées aux postes de travail. La démarche vise également à impliquer l'ensemble des acteurs de l'entreprise — opérateurs, managers et direction — dans une politique commune de prévention et de communication autour de la santé au travail.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Managers (chauffeurs) , opérateurs (Chauffeurs)
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 1 jour (7h)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM , exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- **Evaluations en fin de formation** : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : PRÉVENIR LES RISQUES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES (TMS)

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques post-formation pour approfondir des sujets spécifiques tels que la gestion des postures prolongées, la prévention lors du port de charges ou l'aménagement ergonomique des postes.
- Mettre en place des séances de coaching individuel afin d'accompagner chaque participant dans l'application concrète des bonnes pratiques sur son poste de travail.
- Proposer des supports digitaux interactifs (capsules vidéo, fiches pratiques, tutoriels) accessibles en continu pour renforcer les apprentissages et servir de référentiel.
- Concevoir des sessions collectives de partage d'expériences permettant aux équipes d'échanger sur les pratiques mises en place et de mutualiser les solutions efficaces pour prévenir les TMS.

Méthodes pédagogiques

- 80% pratique et 20% théorique
- Mises en situation
- Études de cas
- Serious games
- Jeux de rôles, pratiques interactives.
- Débriefings
- Apports théoriques en lien avec la pratique

Objectifs

Objectif global de la formation :

Prévenir les troubles musculosquelettiques en identifiant les risques, en adoptant les bonnes pratiques ergonomiques et en mettant en place des actions de prévention adaptées.

Objectifs de chaque module :

- Décrire les troubles musculosquelettiques
- Identifier les démarches à effectuer avant la mise en place de mesures préventives
- Agir pour prévenir les TMS
- Mettre en place un plan de prévention
- Appréhender les positions à privilégier



PROGRAMME

MODULE 1 – DÉCRIRE LES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES

- Connaissance du corps humain
- Définir les signes précurseurs
- Les maladies les plus fréquentes
- Les facteurs de risques
- Les conséquences sur la vie quotidienne

MODULE 2 – IDENTIFIER LES DÉMARCHES À EFFECTUER AVANT LA MISE EN PLACE DE MESURES PRÉVENTIVES

- Connaître les obligations légales
- Identifier les facteurs de risques
- Mettre en relation tous les acteurs
- Analyser les différents postes de travail
- Hiérarchiser les urgences

MODULE 3 – AGIR POUR PRÉVENIR LES TMS

- Ergonomie des postes de travail
- Réglages des écrans
- Soulever les charges
- Choisir les vêtements adaptés
- Opter pour les aides mécaniques
- Mettre en place des pauses actives

MODULE 4 – METTRE EN PLACE UN PLAN DE PRÉVENTION

- Définir les objectifs et les freins
- Ecoute de l'avis des salariés
- Communiquer sur les TMS et les mesures de prévention

MODULE 5 – APPRÉHENDER LES POSITIONS À PRIVILÉGIER

- Les gestes à proscrire
- Les économies d'effort
- La sécurité physique
- Positions sur les postes de travail

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

Vie affective et sexuelle

La formation "Vie affective et sexuelle" s'adresse à un public varié, souvent composé de jeunes adultes, d'éducateurs, de professionnels de la santé, ou encore de parents souhaitant mieux comprendre et accompagner les adolescents. Dans un monde où les enjeux liés à la sexualité et aux relations interpersonnelles sont omniprésents, il est crucial d'aborder ces thématiques de manière éclairée et bienveillante.

Les participants peuvent être confrontés à des questions sur le consentement, les relations saines, la diversité des orientations sexuelles et des identités de genre. Ils cherchent à acquérir des outils et des connaissances pour naviguer dans leurs propres vies affectives, mais aussi pour soutenir les autres dans un milieu professionnel. Cette formation vise à créer un espace d'échange et de réflexion, où chacun peut exprimer ses préoccupations et enrichir sa compréhension de la vie affective et sexuelle, contribuant ainsi à une approche positive et respectueuse de ces sujets dans un milieu professionnel.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Personnel encadrant, éducateurs spécialisés, psychologues, équipes médicales des IMPro, Esat, foyers d'hébergement, services d'accompagnement, etc.
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 2 jours (14h)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- Tarif accompagnement individuel : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- Evaluations en fin de formation : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : Vie affective et sexuelle

Extensions Possibles

- Conception d'un parcours santé intégrant un évènement d'ouverture pour créer une dynamique positive autour de la formation et un évènement de clôture pour capitaliser sur les bonnes pratiques.
- Mise en place d'ateliers sur des thématiques spécifiques à l'issue de la formation pour approfondir les différents concepts abordés
- Accompagnement avant et après la formation pour créer et faire vivre une communauté de managers au sein de votre startup.
- Intervention d'un facilitateur graphique pour ancrer les messages clés de manière visuelle lors des différentes capsules.
- Digitalisation du contenu de la formation, avec un résumé des points clés traités au cours des différents modules.

Méthodes pédagogiques

- 80% pratique et 20% théorique
- Mises en situation
- Études de cas
- Serious games
- Jeux de rôles, pratiques interactives.
- Débriefings
- Apports théoriques en lien avec la pratique

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Apprendre à aborder la vie affective et sexuelle de manière éclairée et adaptée, en tenant compte des vulnérabilités et des besoins spécifiques des publics concernés, tout en développant des outils pratiques pour accompagner ces thématiques dans un cadre professionnel.

Objectifs de chaque module :

- La sexualité, qu'est ce que c'est ?
- Les vulnérabilités
- Le(a) partenaire, le consentement
- Le sexe et la santé, les institutions
- Comment aborder les sujets autour des sentiments et de la sexualité ?



PROGRAMME

MODULE 1 – LA SEXUALITÉ, QU'EST CE QUE C'EST ?

- Sexe et sentiments
- La relation au corps, à son corps
- Quand débute un acte sexuel ?
- Des références pas toujours adaptées

MODULE 2 – LES VULNÉRABILITÉS

- Une question d'âge
- Le positionnement
- Le handicap (physique, mental, psychologique)

MODULE 3 – LE(A) PARTENAIRE, LE CONSENTEMENT

- Partenaire, définition
- Qui peut être un partenaire ?
- Le consentement, qu'est ce donc ?

MODULE 4 – LE SEXE ET LA SANTÉ, LES INSTITUTIONS

- Les IST
- La grossesse
- L'IVG
- La contraception

MODULE 5 – COMMENT ABORDER LES SUJETS AUTOUR DES SENTIMENTS ET DE LA SEXUALITÉ ?

- Respect de l'intimité
- Choix des mots
- Le rôle du toucher
- Avec des femmes, avec des hommes

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

FALC : Facile à lire et à comprendre

La formation "FALC" (Facile À Lire et À Comprendre) s'adresse principalement aux professionnels de l'éducation, de la santé, du social et de l'accompagnement, ainsi qu'aux communicants et aux acteurs de la vie publique. Dans un contexte où l'accessibilité de l'information est essentielle, cette formation répond à la nécessité croissante de rendre les contenus compréhensibles pour tous, notamment pour les personnes en situation de handicap, les personnes âgées, ou celles ayant des difficultés de lecture.

Les participants cherchent à améliorer leur capacité à communiquer clairement et simplement, en apprenant à adapter leurs supports écrits et oraux. Grâce à des outils pratiques et des méthodologies spécifiques, ils seront en mesure de créer des documents inclusifs et accessibles, favorisant ainsi l'autonomie et la participation de chacun à la société. Cette formation est une opportunité pour renforcer l'empathie et la compréhension, tout en promouvant une communication respectueuse et adaptée aux besoins de tous.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Tout professionnel des établissements du secteur éducatif, sanitaire, social et médico-social mené à rédiger des supports à destination des usagers ou à communiquer des informations accessibles aux personnes accueillies
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 2 jours (14h)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- **Evaluations en fin de formation** : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : FALC : Facile à lire et à comprendre

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques pour approfondir des sujets comme le management situationnel, la gestion des conflits ou la communication assertive.
- Proposer un coaching individuel pour aider les participants à appliquer les acquis de la formation dans leur contexte professionnel.
- Digitaliser le contenu avec des supports interactifs (vidéos, fiches pratiques) pour un accès continu aux apprentissages.
- Concevoir un parcours collectif avec des sessions de partage d'expériences pour pérenniser les bonnes pratiques et favoriser la montée en compétence.

Méthodes pédagogiques

- 80% pratique et 20% théorique
- Mises en situation
- Études de cas
- Serious games
- Jeux de rôles, pratiques interactives.
- Débriefings
- Apports théoriques en lien avec la pratique

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Acquérir les compétences nécessaires pour concevoir et rédiger des documents accessibles selon la méthode Facile à Lire et à Comprendre (FALC), afin de garantir une communication claire et inclusive, adaptée aux besoins des publics variés, en particulier les personnes en situation de handicap ou avec des difficultés de lecture.

Objectifs de chaque module :

- Pourquoi ce dispositif ?
- Présentation générale de FALC
- Support Ecrit
- Support électronique
- Supports vidéo et audio
- Comment vérifier vos outils ?



PROGRAMME

MODULE 1 – POURQUOI CE DISPOSITIF ?

- Pourquoi ?
- Pour qui ?
- Quel but ?

MODULE 2 – PRÉSENTATION GÉNÉRALE DE FALC

- Positionnement
- Choix des mots
- Présentation du support

MODULE 3 – SUPPORT ECRIT

- La présentation
- Le texte
- La communication

MODULE 4 – SUPPORT ÉLECTRONIQUE

- Vue d'ensemble
- Le contenu
- Facile à reconnaître

MODULE 5 – SUPPORTS VIDÉO ET AUDIO

- Généralités
- Autour du visuel
- Autour du son
- Aides et partenaires

MODULE 6 : COMMENT VÉRIFIER VOS OUTILS ?

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

FALC : Facile à lire et à comprendre, niveau 2

La formation "FALC" (Facile À Lire et À Comprendre) s'adresse principalement aux professionnels de l'éducation, de la santé, du social et de l'accompagnement, ainsi qu'aux communicants et aux acteurs de la vie publique. Dans un contexte où l'accessibilité de l'information est essentielle, cette formation répond à la nécessité croissante de rendre les contenus compréhensibles pour tous, notamment pour les personnes en situation de handicap, les personnes âgées, ou celles ayant des difficultés de lecture.

Les participants cherchent à améliorer leur capacité à communiquer clairement et simplement, en apprenant à adapter leurs supports écrits et oraux. Grâce à des outils pratiques et des méthodologies spécifiques, ils seront en mesure de créer des documents inclusifs et accessibles, favorisant ainsi l'autonomie et la participation de chacun à la société. Cette formation est une opportunité pour renforcer l'empathie et la compréhension, tout en promouvant une communication respectueuse et adaptée aux besoins de tous.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Tout professionnel des établissements du secteur éducatif, sanitaire, social et médico-social mené à rédiger des supports à destination des usagers ou à communiquer des informations accessibles aux personnes accueillies
- **Prérequis** : Maîtriser la méthode FALC à l'écrit
- **Durée** : 1 jour (7h)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- **Evaluations en fin de formation** : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : FALC : Facile à lire et à comprendre

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques pour approfondir des sujets comme le management situationnel, la gestion des conflits ou la communication assertive.
- Proposer un coaching individuel pour aider les participants à appliquer les acquis de la formation dans leur contexte professionnel.
- Digitaliser le contenu avec des supports interactifs (vidéos, fiches pratiques) pour un accès continu aux apprentissages.
- Concevoir un parcours collectif avec des sessions de partage d'expériences pour pérenniser les bonnes pratiques et favoriser la montée en compétence.

Méthodes pédagogiques

- 80% pratique et 20% théorique
- Ateliers guidés
- Mises en situation
- Echanges et discussions
- Études de cas
- Cas pratiques
- Débriefings
- Apports théoriques en lien avec la pratique

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Acquérir les compétences nécessaires pour concevoir et rédiger des documents accessibles selon la méthode Facile à Lire et à Comprendre (FALC), afin de garantir une communication claire et inclusive, adaptée aux besoins des publics variés, en particulier les personnes en situation de handicap ou avec des difficultés de lecture et/ou de compréhension.

Objectifs de chaque module :

- Introduction aux méthodes FALC
- Maîtriser FALC à l'oral
- Intégrer FALC pour les support numériques
- Utiliser la méthode FALC pour les supports numérique
- Utiliser la méthode FALC les support vidéo



PROGRAMME

MODULE 1 – INTRODUCTION AUX METHODES FALC

- Vérifier les connaissances de FALC à l'écrit
- Clarifier les objectifs généraux :
 - a. Favoriser l'accès de tous supports au plus grand nombre.
 - b. Maîtriser les outils FALC.
 - c. Développer les modes de communication au sein d'un groupe.
 - d. Identifier les erreurs à ne pas commettre.
 - e. Inclure le public concerné à l'élaboration des supports

MODULE 2 – MAÎTRISER FALC À L'ORAL

- Maîtriser l'oral pour perfectionner l'écrit et autres supports en FALC
- Comprendre l'utilité d'une communication adaptée au plus grand nombre.
- S'exercer à l'oral pour acquérir une fluidité d'utilisation FALC sur tout support.
- **Cas pratique :**
 - a. S'exercer à la simplification de phrases dans une discussion sur un thème donné.
 - b. Pratiquer l'oral en duo et se corriger mutuellement.

MODULE 3 – INTÉGRER FALC POUR LES SUPPORTS NUMÉRIQUES

- Définir les éléments clefs.
- Maîtriser les points clefs pour faciliter l'utilisation et le développement des outils numériques.
- Créer un support numérique attractif et ludique.
- **Atelier pratique :**
 - a. Observer les erreurs commises sur des sites proposés.
 - b. Créer la première page d'un site et les éléments à développer à partir de ce dernier.

MODULE 4 – UTILISER LA METHODE FALC POUR LES SUPPORTS VIDÉO

- Elaborer un support vidéo accessible au plus nombre
- Se familiariser avec les règles FALC « visuel »
- **Cas pratique :**
 - a. Souligner les erreurs sur des vidéos en utilisant les outils FALC
 - b. A partir des mêmes sujets, établir la préparation d'une future vidéo.

MODULE 5 – MAITRISER LA METHODE FALC POUR LES SUPPORTS AUDIO

- Connaître les règles FALC pour le sonore.
- Eviter les erreurs courantes.
- Vérifier l'accessibilité des personnes concernées.
- **Mise en situation :**
 - a. A partir de sujets donnés, corriger les erreurs sur une bande son donnée.
 - b. Elaborer le plan détaillé (vocabulaire, rythme, musique, ...) d'une bande son à créer.

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

MAQUILLAGE MARIÉE ET ÉVÈNEMENTIEL

Le mariage est un moment unique, et le secteur en plein essor offre de nombreuses opportunités pour les professionnels de la beauté. Cette formation spécialisée vous permettra de maîtriser l'art du maquillage de mariée et de l'événementiel, en vous préparant à répondre aux attentes exigeantes des futures mariées. Rejoignez-nous et devenez l'expert du maquillage de mariage, capable de transformer cette journée inoubliable en un moment magique, grâce aux dernières tendances et aux techniques les plus avancées.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Chefs d'entreprises, commerçants, dirigeants, vendeurs, salariés, professionnels de la beauté et de la mode, organismes privés ou publics.
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 2 jours (soit 14h modulable)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- **Evaluations en fin de formation** : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : Maquillage mariée et événementiel

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques pour approfondir des sujets tels que les astuces des maquilleurs professionnels.
- Proposer un coaching individuel pour aider les participants à appliquer les acquis de la formation dans leur contexte professionnel.
- Concevoir un parcours collectif avec des sessions de partage d'expériences pour pérenniser les bonnes pratiques et favoriser la montée en compétences

Méthodes pédagogiques

- 90% pratique et 10% théorique.
- Supports visuels.
- Kit de maquillage fourni.
- Explications étape par étape.
- Travail en binôme et en groupe.
- Exercices sur modèles.
- Démonstration en direct.

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Perfectionner les nouvelles techniques de maquillage pour les mariées en intégrant les dernières tendances.

Objectifs de chaque module :

- Savoir bien conseiller et faire un bon diagnostic
- Appliquer les techniques de la colorimétrie et de la morphologie
- Développer ses connaissances techniques mise en pratique



PROGRAMME

MODULE 1 – SAVOIR BIEN CONSEILLER ET FAIRE UN BON DIAGNOSTIC

- Intégrer les règles d'hygiène du matériel et du poste de travail lors d'une intervention à domicile.
- Savoir écouter la clientèle, poser les bonnes questions pour bien conseiller.
- Connaître les produits cosmétiques et les bons outils pour mieux les appréhender.
- **Mise en situation** : réaliser un check-up et la simulation d'un diagnostic.

MODULE 2 – APPLIQUER LES TECHNIQUES DE LA COLORIMÉTRIE ET DE LA MORPHOLOGIE

- Maîtriser l'harmonie des couleurs et les caractéristiques de la colorimétrie.
- Intégrer et étudier les différentes morphologies pour effectuer les bonnes corrections.
- Améliorer sa technique pour réaliser un teint parfait et assurer une bonne tenue.
- **Mise en situation** : Réaliser le teint sur un modèle, check-up du formateur et test de la colorimétrie.

MODULE 3 – DÉVELOPPER SES CONNAISSANCES TECHNIQUES MISE EN PRATIQUE

- Connaître toutes les astuces pour les retouches et obtenir de belles photos.
- Apprendre et maîtriser les techniques pour réaliser un maquillage nude et lumineux.
- Acquérir toutes les connaissances nécessaires pour effectuer les bonnes corrections.
- Étudier le contouring selon les morphologies pour un maquillage parfaitement adapté à chaque visage.
- **Mise en situation** : Réalisation et mise en pratique du formateur et des stagiaires.

MODULE 4 – DÉVELOPPER SES CONNAISSANCES TECHNIQUES ET MISE EN PRATIQUE

- Maquillage naturel : Explications des techniques pour un teint glowy, réalisation du no makeup par les stagiaires.
- Maquillage jour ou soir : Explications des techniques de dégradés, d'ombres et de lumières, étude des nouvelles tendances (charbonneux, cut-crease, etc.), réalisation et mise en pratique par les stagiaires.
- Maquillage makeup mariée : Explications et démonstration des trucs et astuces de pro.
- **Mise en situation** : Feedback et corrections

MODALITÉS

MATÉRIEL À FOURNIR PAR CHAQUE PARTICIPANT

- **Accessoires** : Serviette petit modèle, alcool, lingettes désinfectantes, coton, coton-tige, boîte de mouchoirs en papier, lait démaquillant, lotion, bombe d'eau minérale, pince à épiler, pinceaux (poudres, blush, paupières, lèvres), prévoir un maximum de pinceaux, du plus fin au plus gros pour les yeux.
- **Pour le teint** : Éponges en latex, houppettes, fonds de teint (liquide, en crème, en stick ou compact), poudres (libre, compacte), anti-cernes, fards à joues (prévoir les couleurs selon la carnation de chaque participante).
- **Pour les yeux** : Fards à paupières (palette de diverses couleurs), crayons pour les yeux, mascaras, eye-liner.

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

COULEUR ET LA MÉTHODE DES 4 SAISONS

La formation en colorimétrie constitue une base essentielle pour les professionnels de la beauté et de la mode. Elle vous permettra d'enrichir votre offre avec une prestation unique et personnalisée.

Grâce à cette formation, vous serez capable d'analyser chaque typologie chromatique et de conseiller harmonieusement les couleurs à travers des palettes personnalisées, adaptées aux cheveux, au maquillage, aux vêtements et aux accessoires. Vous découvrirez également comment utiliser la colorimétrie comme un levier pour valoriser pleinement l'apparence globale de vos clients.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Chefs d'entreprises, commerçants, dirigeants, vendeurs, salariés, professionnels de la beauté et de la mode, organismes privés ou publics.
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 1 jour (soit 7h modulable)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Évaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Évaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque session
- **Évaluations en fin de formation** : Évaluation des acquis
- **Évaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Évaluations après la formation** : Évaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : Couleur et la méthode des 4 saisons

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques pour approfondir des sujets tels que : approfondir toutes les astuces de maquilleurs professionnels.
- Proposer un coaching individuel pour aider les participants à appliquer les acquis de la formation dans leur contexte professionnel.
- Concevoir un parcours collectif avec des sessions de partage d'expériences pour pérenniser les bonnes pratiques et favoriser la montée en compétences.

Méthodes pédagogiques

- 20% pratique et 80% théorique.
- Support visuels.
- Kit des étoffes.
- Étude de cas.
- Travail en binôme.
- Portofolio
- Démonstration pratique

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Maîtriser l'analyse des typologies chromatiques afin de conseiller des palettes de couleurs harmonieuses et personnalisées, adaptées aux caractéristiques uniques de chaque individu.

Objectifs de chaque module :

- Assimiler les bases et les principes de la couleur
- Maîtriser LES thèmes DE LA Couleur et les effets
- Explorer la signification émotionnelle de la couleur
- S'initier aux fondamentales de la méthode des 4 saisons
- Développer ses connaissances techniques et mise en pratique



PROGRAMME

MODULE 1 – ASSIMILER LES BASES ET LES PRINCIPES DE LA COULEUR

- Maîtriser l'art de la vente afin de proposer une prestation sur mesure à la clientèle.
- Acquérir les connaissances sur l'histoire de la couleur.
- Étudier le cercle chromatique et les harmonies des couleurs.
- **Mise en situation** : Réaliser son propre check-up

MODULE 2 – MAÎTRISER LES THÈMES DE LA COULEUR ET LES EFFETS

- Intégrer les quatre thématiques des couleurs, complémentaires, monochromes, analogiques et camaïeux.
- Comprendre et appréhender les effets spatiaux, de la saturation, du mat et du brillant.
- Renforcer l'apprentissage des tons, des teintes et des nuances.
- **Mise en situation** : Effectuer son analyse colorimétrique avec l'aide du formateur .

MODULE 3 – EXPLORER LA SIGNIFICATION ÉMOTIONNELLE DE LA COULEUR

- Comprendre la symbolique des couleurs.
- Interpréter l'influence des couleurs sur nos émotions et leur impact sur notre environnement.
- Analyser les couleurs qui nous mettent en valeur.
- **Mise en situation** : Test du drapping visuel et des étoffes pour chaque participant.

MODULE 4 – S'INITIER AUX FONDAMENTALES DE LA MÉTHODE DES 4 SAISONS

- Connaître le concept de la méthode des 4 saisons
- Intégrer et repérer les couleurs chaudes et les couleurs froides.
- Analyser les différentes typologies des visages afin de repérer les peaux chaudes et les peaux froides.
- Découvrir les couleurs de maquillage et de cheveux selon chaque typologie.
- **Mise en situation** : Feedback et corrections.

MODULE 5 – DÉVELOPPER SES CONNAISSANCES TECHNIQUES ET MISE EN PRATIQUE

- Explications et réalisation de la technique du test du foulard, démonstration du formateur
- Présentation et argumentation d'une consultation couleur.
- Atelier pratique et travail en binôme .
- **Mise en situation** : Analyse des typologies mise en pratique, feedback et corrections.

FORMAVICTOIRE
Organisme de Formation

MAQUILLAGE VISAGISME ET BEAUTÉ

Tout comme la mode, le maquillage est un univers en perpétuelle innovation, marqué par les dernières tendances et des nouvelles techniques. Grâce à la formation maquillage et visagisme, vous serez en mesure d'offrir à vos clients des looks modernes, adaptés à chaque morphologie et personnalité. Elle s'adresse à tous les professionnels de la beauté désireux d'acquérir ou de renforcer leurs bases, tout en maîtrisant les techniques essentielles de la discipline. Elle permet également de se perfectionner afin de rester en constante évolution et à la pointe des innovations, avec de nouvelles tendances et techniques. Cette formation vous offre les outils nécessaires pour suivre ces changements et répondre aux attentes d'une clientèle exigeante, tout en développant votre savoir-faire.

Formation en présentiel ou à distance, en inter-entreprise ou en intra-entreprise

Informations pratiques

- **Public** : Chefs d'entreprises, commerçants, dirigeants, vendeurs, salariés, professionnels de la beauté et de la mode, organismes privés ou publics.
- **Prérequis** : aucun
- **Durée** : 2 jours (soit 14h modulable)
- **Personnes en situation de handicap** : notre page dédiée vous donnera toutes les informations concernant l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap www.formavictoire.com/accessibilite
- **Tarif formation intra-entreprise** : 1 490€ HT par jour (groupes de 2 à 10 personnes)
- **Tarif formation inter-entreprise** : 390 € HT par jour et par apprenant
- **Tarif accompagnement individuel** : 150 € HT par heure
- **Délai d'accès** : 3 semaines entre la demande et l'animation de la formation (réunion de préparation, choix du formateur, planification de la session, information des participants)

Evaluations

- **Modalité d'adaptation** : Le contenu des modules de formation peut être adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires.
- **Suivi de l'assiduité** : Feuilles de présence signées pour demie-journée, ou rapport de connexion et signature d'une feuille d'émargement en distanciel.
- **Evaluation début de formation** : Questionnaire de positionnement
- **Evaluations en cours de formation** : QCM, exercices, quiz, compte rendu pédagogique en fin de chaque sessions
- **Evaluations en fin de formation** : Evaluation des acquis
- **Evaluation de la satisfaction** : Compte rendu pédagogique du formateur, évaluation de satisfaction du client, évaluation de satisfaction des apprenants en fin de formation.
- **Evaluations après la formation** : Evaluation à froid des apprenants 4 à 6 mois après la formation (Transfert des compétences)
- **Attestation de suivi de formation** : Maquillage visagisme et beauté

Extensions Possibles

- Organiser des ateliers thématiques pour approfondir des sujets tels que : toutes les astuces des maquilleurs professionnels.
- Proposer un coaching individuel pour aider les participants à appliquer les acquis de la formation dans leur contexte professionnel.
- Concevoir un parcours collectif avec des sessions de partage d'expériences pour pérenniser les bonnes pratiques et favoriser la montée en compétences.

Méthodes pédagogiques

- 90% pratique et 10% théorique.
- Support visuels.
- Kit de maquillage.
- Explication étape par étape.
- Travail en binôme et en groupe.
- Exercices sur modèles.
- Démonstration en direct.

Objectifs

Objectif global de la formation :

- Maîtriser les nouvelles techniques de maquillage et des nouvelles tendances.

Objectifs de chaque module :

- Savoir bien conseiller et faire un bon diagnostic
- Appliquer les techniques de la colorimétrie et de la morphologie
- Développer ses connaissances techniques mise en pratique
- Développer ses connaissances techniques et mise en pratique



PROGRAMME

MODULE 1 – SAVOIR BIEN CONSEILLER ET FAIRE UN BON DIAGNOSTIC

- Intégrer les règles d'hygiène du matériel et du poste de travail.
- Savoir écouter la clientèle, poser les bonnes questions pour mieux conseiller.
- Connaître les nouveaux produits cosmétiques et les outils pour mieux les appréhender.
- **Mise en situation** : Réaliser un check-up la simulation d'un diagnostic.

MODULE 2 – APPLIQUER LES TECHNIQUES DE LA COLORIMÉTRIE ET DE LA MORPHOLOGIE

- Maîtriser l'harmonie des couleurs et les caractéristiques de la colorimétrie selon chaque typologie.
- Étudier les différentes morphologies : yeux, bouches, sourcils et structures des visages pour faire les bonnes corrections.
- Repérer les différents types de peaux et réaliser un bon diagnostic.
- **Mise en situation** : Effectuer le teint sur un modèle, check-up du formateur et test de la colorimétrie.

MODULE 3 – DÉVELOPPER SES CONNAISSANCES TECHNIQUES MISE EN PRATIQUE

- Apprendre et maîtriser les techniques pour réaliser un maquillage nude et lumineux.
- Acquérir toutes les connaissances sur les dégradés de fards, les ombres et la lumière.
- Étudier la pratique du contouring selon les morphologies, pour un maquillage parfaitement adapté à chaque visage.
- Réalisation d'un maquillage de jour glowy par les stagiaires.
- **Mise en situation** : Démonstration du formateur.

MODULE 4 – DÉVELOPPER SES CONNAISSANCES TECHNIQUES ET MISE EN PRATIQUE

- **Maquillage look minimaliste** : Explications des techniques pour un teint glowy, réalisation du no makeup par les stagiaires.
- **Maquillage nude ou no makeup** : Explications des techniques de fards, des dégradés, des ombres et de la lumière, étude des nouvelles tendances (charbonneux, cut-crease...), réalisation et mise en pratique des stagiaires.
- **Maquillage halo ou glam makeup** : Explications des techniques et astuces, réalisation et mise en pratique des stagiaires.
- **Maquillage smoky eyes** : Explications des techniques, réalisation et mise en pratique des stagiaires.
- **Mise en situation** : Démonstration du formateur.

MATÉRIEL À FOURNIR PAR CHAQUE PARTICIPANT

- **Accessoires** : Serviette petit modèle, alcool, lingettes désinfectantes, coton, coton-tige, boîte de mouchoirs en papier, lait démaquillant, lotion, bombe d'eau minérale, pince à épiler, pinceaux (poudres, blush, paupières, lèvres), prévoir un maximum de pinceaux, du plus fin au plus gros, pour les yeux.
- **Pour le teint** : Éponges latex, houppettes, fonds de teint (liquide, en crème, en stick ou compact), poudres (libre, compacte), anti-cernes, fards à joues (prévoir les couleurs selon la carnation de chaque participante).
- **Pour les yeux** : Fards à paupières (palette de diverses couleurs), crayons pour les yeux, mascaras, eye-liner.
- **Pour la bouche** : Rouges à lèvres, crayons à lèvres, gloss, baume à lèvres.