

Organisme de formation :

Séphora Weissmuller

1 Rue Bossuet

31400, Toulouse

06 23 36 90 52 / weissmuller.sephora@gmail.com

Siret : 51820348400069

N° activité : 76110161111

APE : 8532Z

**Formation Rituel Regard Lumière****Programme de formation****Description :**

Le Rituel Regard Lumière est un soin dédié à la zone du regard, associant techniques drainantes, tonifiantes et relaxantes.

Ce protocole a été conçu pour aider à décongestionner, lisser et illuminer le contour des yeux tout en procurant une profonde sensation de détente.

Les techniques enseignées permettent de stimuler la microcirculation, favoriser le drainage de la zone péri-oculaire et améliorer l'apparence des signes de fatigue tels que les poches, les cernes et les ridules.

Le protocole se compose de différentes séquences : techniques drainantes, massage tonique anti-âge et techniques relaxantes complétées par la pose d'un masque contour des yeux.

Exemples de manœuvres étudiées pendant la formation :

Les manœuvres étudiées lors de la formation permettent d'agir sur plusieurs mécanismes physiologiques : drainage lymphatique, stimulation circulatoire, relâchement musculaire et amélioration de la tonicité cutanée.

- Pompages lymphatiques et activation des ganglions afin de préparer les tissus et favoriser le drainage.
- Lissages doux du contour de l'œil pour détendre la zone et améliorer la circulation locale.

Weissmuller Séphora - Siège : 1 Rue Bossuet, 31400, Toulouse- Siret : 51820348400069 - APE : 8532Z -
weissmuller.sephora@gmail.com

Tel : 0623369052- Organisme de formation professionnelle continue - NDA N°76110161111 - V3.0 - 07/05/2026

- Petites vagues et pressions glissées du coin interne vers la tempe afin de stimuler la microcirculation et décongestionner les cernes et poches.
- Lissages en spirale autour de l'orbite pour assouplir les tissus et lisser les ridules.
- Manœuvres liftantes de l'arcade sourcilière (remontées, étirements et pincements du sourcil) afin d'ouvrir le regard et tonifier la zone péri-oculaire.
- Pianotements et pincements toniques pour stimuler les tissus et dynamiser la peau.
- Lissages drainants vers les tempes puis vers les clavicules afin de finaliser le drainage lymphatique.
- Manœuvres relaxantes (grands lissages, éventails et mouvements enveloppants) pour relâcher les tensions et apporter une sensation de détente globale.

Effets recherchés et bienfaits de la technique

Les manœuvres enseignées ont pour objectif d'apporter une sensation de fraîcheur et de légèreté au regard, d'améliorer l'éclat de la zone péri-oculaire et de procurer une profonde sensation de détente.

Le protocole permet également de travailler la fluidité des tissus, la détente du contour des yeux et l'harmonie du regard grâce à l'association des techniques drainantes, tonifiantes et relaxantes.

L'association des différentes techniques contribue à apporter un effet rafraîchissant, relaxant et revitalisant du regard.

Spécificité du Rituel Regard Lumière

Le Rituel Regard Lumière se distingue par un travail ciblé de la zone péri-oculaire associant techniques drainantes, gestuelles tonifiantes et manœuvres relaxantes adaptées au contour des yeux.

Cette technique alterne lissages doux, gestes de précision, techniques enveloppantes et travail spécifique du regard afin de proposer un protocole harmonieux, relaxant et rafraîchissant.

Le protocole met l'accent sur la précision gestuelle, la fluidité des enchaînements et l'adaptation des techniques selon la sensibilité et le confort de la zone du regard.

Objectifs de la formation :

- Adopter une posture professionnelle et une ergonomie de travail adaptées à la pratique du Rituel Regard Lumière.
- Maîtriser la gestuelle, la dextérité et les manœuvres spécifiques du massage du contour des yeux.
- Réaliser un protocole structuré associant techniques drainantes, tonifiantes et relaxantes du regard.
- Gérer le rythme, la durée et l'enchaînement des différentes séquences du soin.
- Garantir la sécurité, le confort et le bien-être du modèle tout au long du protocole.

Profils des stagiaires :

- Professionnels de l'esthétique, du bien-être et du massage.
- Facialistes.
- Personnes en reconversion professionnelle souhaitant se former aux techniques de massage facial.

Prérequis :

Aucun prérequis.

Modalités et délais d'accès :

L'accès à nos formations peut être initié par l'employeur et/ou à l'initiative du stagiaire. Pour toute demande, contactez-nous :

06 23 36 90 52

weissmuller.sephora@gmail.com

Nous nous engageons à répondre sous 72 heures à toute demande.

La date de début de formation est fixée en concertation selon les disponibilités du stagiaire et du formateur.

Les inscriptions doivent être effectuées au minimum deux semaines avant le début de la session.

Le délai moyen d'accès à la formation est d'environ un mois, selon la planification et les formalités administratives.

Si la formation nécessite des prérequis, nous nous assurerons également que vous les remplissiez par un audit téléphonique.

Un questionnaire est envoyé par mail avant la formation pour évaluer vos besoins et adapter la formation à votre profil.

Weissmuller Séphora - Siège : 1 Rue Bossuet, 31400, Toulouse- Siret : 51820348400069 - APE : 8532Z –
weissmuller.sephora@gmail.com

Tel : 0623369052- Organisme de formation professionnelle continue - NDA N°76110161111 – V3.0 – 07/05/2026

Durée de la formation :

La formation a une durée de 8h soit 1 jour.

Lieu de la formation :

Les formations se déroulent au centre SW Formation – 36 avenue de Gameville, 31650, Saint-Orens-de-Gameville proche de Toulouse.

L'organisme peut également se déplacer dans les instituts, spas ou cabinets de bien-être à partir de deux stagiaires inscrits.

Accessibilité :

Merci de nous signaler toute situation de handicap ou besoin spécifique avant l'entrée en formation afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation pédagogiques, techniques ou organisationnelles nécessaires.

Un échange individuel sera réalisé afin d'évaluer les aménagements envisageables et de garantir un accueil dans les meilleures conditions possibles.

Référent handicap : Séphora Weissmuller

0623369052

weissmuller.sephora@gmail.com

Coût de la formation : 280 €

Nombre de stagiaires : 6 stagiaires maximum

Responsable de l'action de formation : Weissmuller Séphora

Moyens techniques et pédagogiques :

- Pédagogie active et participative, alternant théorie et pratique.
- Démonstrations par la formatrice suivies de la mise en pratique progressive par les stagiaires.
- Support pédagogique complet (théorie, illustrations, protocole détaillé).
- Travail en binôme, pour favoriser la mise en situation réelle et la compréhension des apprentis.
- Ambiance propice à la détente : musique relaxante et environnement calme.
- Mise à disposition du matériel nécessaire à la pratique : table de massage, huiles, matériel professionnel adapté.

Weissmuller Séphora - Siège : 1 Rue Bossuet, 31400, Toulouse- Siret : 51820348400069 - APE : 8532Z –
weissmuller.sephora@gmail.com

Tel : 0623369052- Organisme de formation professionnelle continue - NDA N°76110161111 – V3.0 – 07/05/2026

Moyens d'encadrement de la formation :

Stagiaires :

- Évaluation à chaud et fiche de réclamation pour tout retour ou difficulté.

Formateur :

- 22 ans d'expérience dans le bien-être et l'esthétique.
- 18 ans d'expérience dans la formation professionnelle.
- Réflexologue certifiée, diplômée des écoles EIR et REF Formation.
- Entretien préalable permettant d'analyser les besoins et d'adapter la formation au profil du stagiaire.

Validation des acquis :

- Réalisation du protocole complet selon une grille d'évaluation détaillée portant sur la posture professionnelle, la précision technique, la fluidité des manœuvres et le respect du protocole.
- Fiche de présence émargée pour chaque demi-journée.
- Questionnaire de satisfaction à chaud complété en fin de session.

Programme détaillé par demi-journée :

Jour 1 – Matinée :

- Accueil des stagiaires, présentation des parcours, recueil des attentes et présentation des objectifs de la formation.
- Identifier les spécificités anatomiques et physiologiques de la zone du regard ainsi que les indications et contre-indications du soin.
- Comprendre les mécanismes du drainage et les problématiques ciblées : poches, cernes, fatigue et relâchement cutané.
- Démonstration et mise en pratique guidée de la première partie du protocole : techniques drainantes et décongestionnantes du contour des yeux.
- Démonstration et apprentissage de la deuxième partie du protocole : techniques tonifiantes et anti-âge du regard.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 1 – Après-midi :

- Révision des séquences techniques étudiées durant la matinée.
- Démonstration et pratique de la dernière partie du protocole : techniques relaxantes et enveloppantes du contour des yeux.
- Mise en place du masque contour des yeux et intégration au déroulement du soin.
- Développer la fluidité, la précision gestuelle et l'enchaînement cohérent des différentes séquences du protocole.
- Réalisation complète du Rituel Regard Lumière en autonomie supervisée.
- Évaluation pratique individuelle selon la grille d'évaluation de la formation et conseils personnalisés.
- Bilan collectif, questionnaire de satisfaction et clôture de la formation.
- Signature de la feuille de présence.

Réclamations :

Pour toute réclamation, aléas ou difficultés rencontrés pendant la formation, veuillez nous contacter par téléphone, à l'adresse e-mail ou postale ci-dessus.