



FORMARÊVE

ESTHÉTIQUE

*Transformez votre passion
en profession*

**Formation du CAP Esthétique-Cosmétique-Parfumerie
Diplôme d'état niveau III**

Sommaire

I/ PROGRAMME ET CONTENU

- Pôle 1 : Techniques esthétiques du visage, des mains et des pieds « soins de beauté et de bien-être »
- Pôle 2 : Techniques esthétiques liées aux phanères
- Pôle 3 : conduite d'un institut de beauté et de bien-être « relation avec la clientèle et de vie en institut »
- Pôle 4 : Prévention santé et environnement « les matières générales et la langue vivante »

II/ PREREQUIS

-

III/ OBJECTIFS

-

IV/ LES DEBOUCHES

-

V/ SUITE DE PARCOURS

-

VI/ DUREE DE LA FORMATION

-

VII/ METHODES PEDAGOGIQUES

-

VIII/ MODALITE D'EVALUATION

-

IX/ PRIX DE LA FORMATION

-

X/ DISPOSITIFS PEDAGOGIQUES

-

XI/ ACCESSIBILITES AUX PORTEURS DE HANDICAP

-

XII/ LA FORMATRICE ET CONTACT

I/ PROGRAMME ET CONTENU

Cette formation propose les contenus suivants :

- Des connaissances théoriques.
- Des connaissances pratiques.
- Des exercices théoriques et pratiques.
- Des outils et supports indispensables à l'apprentissage du métier d'esthéticienne.
- Une réunion hebdomadaire sous forme de classe virtuelle avec l'ensemble des apprenants de l'organisme de formation "Forma-Rêve-Esthétique".
- Une permanence mail durant toute la formation.

Pôle 1 : Techniques esthétiques du visage, des mains et des pieds « soins de beauté et de bien-être »

Durée estimée : 400 heures.

Bloc de compétence	<ul style="list-style-type: none">- Mettre en œuvre des protocoles de techniques de soins esthétiques.- Mettre en œuvre des protocoles de techniques de maquillage du visage.
Contenu théorique	<ul style="list-style-type: none">- Biologie liée aux techniques esthétiques du visage, des mains et des pieds.- Technologie liée aux techniques esthétiques du visage, des mains et des pieds.- Biologie Technologie liées aux prestations UV.- Technologie liée au maquillage du visage.
Travail à faire par l'apprenant et durée estimée	<ul style="list-style-type: none">- Réalisation de <u>soins esthétiques du visage</u> : peau normale, peau grasse, peau sèche, peau déshydratée, peau mature, peau sensible, peau mixte.- Réalisation de <u>soins esthétiques des mains et des pieds</u> : gommage & modelage & masque.- Réalisation de <u>maquillage du visage</u> : flash, jour, mariée, soir.- Information, conseil et conduite d'une prestation UV.- Durée estimée : 150h.
Modalité de validation de transfert des acquis	<ul style="list-style-type: none">- Evaluation de validation des acquis par écrit et en vidéos ou visio-conférence.- Attestation de stage en immersion professionnelle en lien avec ces différentes techniques esthétiques



Pôle 2 : Techniques esthétique liées aux phanères

Durée estimée : 300 heures.

Bloc de compétence	<ul style="list-style-type: none">- Mettre en œuvre des protocoles de techniques esthétiques liées aux phanères.- Mettre en œuvre des protocoles de techniques de maquillage des ongles.
Contenu théorique	<ul style="list-style-type: none">- Biologie liée aux phanères.- Technologie liée aux phanères.- Technologie liée au maquillage des ongles.
Travail à faire par l'apprenant et durée estimée	<ul style="list-style-type: none">- Réalisation des <u>diverses épilations</u> : demi-jambes, aisselles, bras, maillot/maillot échancré, cuisses, sourcils/lèvre supérieure.- Réalisation d'une <u>coloration des cils ou sourcils</u>.- Réalisation de <u>soins des ongles des mains et des pieds</u>.- Réalisation de <u>maquillage des ongles</u> : vernis « classique », (laqué, french), vernis semi permanent.- Durée estimée : 150h.
Modalité de validation de transfert des acquis	<ul style="list-style-type: none">- Evaluation de validation des acquis par écrit et en vidéos ou visio-conférence.- Attestation de stage en immersion professionnelle en lien avec ces différentes techniques esthétiques.



Durée estimée : 200 heures.

<p>Bloc de compétence</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Accueillir et prendre en charge la clientèle. - Conseiller et vendre des produits cosmétiques et des prestations esthétiques. - Mettre en valeur et promouvoir des produits et des prestations. - Organiser un planning de rendez-vous. - Participer à la vie d'un institut de beauté et de bien-être.
<p>Contenu théorique</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Biologie - Liée à l'acte de vente d'un parfum. - Technologie - Liée à l'accueil, à la prise en charge de la clientèle, à l'acte de vente et à la fidélisation. - Dossier de vente. - Communication - Liée à la mise en valeur et à la promotion des produits et des prestations. - Communication. - Lié à l'organisation d'un planning de rendez-vous. - Cadre organisationnel lié à la vie de l'institut de beauté et de bien-être.
<p>Travail à faire par l'apprenant et durée estimée</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Accueil et identification des attentes, des motivations et des besoins de la clientèle. - Conseil et vente de prestations esthétiques, de produits cosmétiques, d'hygiène corporelle, de parfumerie et d'accessoires de soins esthétiques. - Suivi et fidélisation de la clientèle. - Mise en valeur et promotion de produits, de prestations. - Organisation du planning de rendez-vous. - Participation à la vie d'un institut de beauté et de bien-être. - Durée estimée : 100h.
<p>Modalité de validation de transfert des acquis</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluation de validation des acquis par écrit et en visio-conférence ou par téléphone. - Attestation de stage en immersion professionnelle en lien avec ces différentes techniques esthétiques. - Validation du dossier de vente.



PRESENTATION DES EPREUVES:

<u>Epreuves</u>	<u>Explications</u>
EP1 : Techniques esthétiques du visage, des mains et des pieds <i>(Coefficient 6)</i>	*1ère partie écrite : 45min Déterminer un type de peau. Répondre aux questions en lien avec les savoirs associés et la situation professionnelle. *2ème partie pratique : 2h Techniques de soin du visage. Techniques de soin des mains/pieds. Techniques de maquillage.
EP2 : Techniques esthétiques liées aux phanères <i>(Coefficient 4)</i>	*1ère partie écrite : 30min Répondre aux questions en lien avec les savoirs associés et la situation professionnelle. *2ème partie pratique : 2h Épilation des sourcils. Épilation de 2 zones du corps. Techniques sur les ongles (soit soin +vernis classique / soit vernis semi-permanent).
EP3 : Conduite d'un institut de beauté et de bien-être : Relation avec la clientèle et vie de l'institut. <i>(Coefficient 4)</i>	*1ère situation orale : 15min Simulation de vente. *2ème situation orale : 25min Présentation du dossier de vente.

Une épreuve professionnelle validée (modules n°1, 2 et 3) équivaut à un bloc de compétences validé, mais ne peut être utilisé pour exercer les compétences validées sans l'obtention du diplôme du CAP ECP.

Durée estimée : 90 heures.

Jusqu'en 2021, la matière Prévention Santé Environnement faisait partie des épreuves professionnelles obligatoires, plus précisément une sous-épreuve de l'épreuve EP1. Désormais, depuis l'arrêté du 11 juin 2021, cette matière devient une matière générale !

Ce qui signifie, que vous pouvez en être dispensé(e) si vous êtes diplômé(e) :

- D'un CAP ou du CAP relevant de la formation maritime ;
 - D'un CAP agricole ;
- D'un BEP ou du BEP relevant de la formation maritime ;
 - Du BEP agricole ;
- D'un baccalauréat professionnel. »

Contenu théorique	<ul style="list-style-type: none">- L'individu et la santé.- L'individu dans ses actes de consommation.- L'individu dans son parcours professionnel.- L'individu dans son environnement professionnel.
Modalité de validation de transfert des acquis	<ul style="list-style-type: none">- Evaluation de validation des acquis par écrit.

Les matières générales

Les matières générales ne sont pas proposées par l'organisme de formation Forma-Rêve-Esthétique, mais

un livre vous sera indiqué, incluant tous les cours sur les matières générales.

Les matières générales peuvent être dispensées si vous êtes diplômé(e) d'un :

- CAP
- BEP
- BAC pro ou général

La langue vivante

La langue vivante n'est pas proposée par l'organisme de formation Forma-rêve-Esthétique, mais un livre vous sera indiqué.

La langue vivante peut être dispensée si vous êtes diplômé(e) d'un BEP, d'un BAC pro ou général.

II/ PREREQUIS

Aucun prérequis.

III/ OBJECTIFS

- Exécuter les techniques de soins esthétiques visage, mains et pieds.
 - Exécuter les techniques de maquillages visage et ongles.
 - Exécuter les techniques esthétiques liées aux phanères.
- Conseil à la clientèle et vente des produits cosmétiques, d'hygiène corporelle, de produits de parfumerie et d'accessoires de soins esthétiques.
- Conseil à la clientèle et vente de prestations esthétiques.

IV/ LES DEBOUCHES

Avec le CAP esthétique en poche, nombreuses sont les portes qui vous sont ouvertes.

Vous pouvez alors travailler dans divers établissements :

- Les instituts de beauté, salarié ou indépendant,
 - Les parfumeries,
- Les salons de coiffure ou encore les spas (thalassothérapie, balnéothérapie),
 - À domicile en tant qu'esthéticienne indépendante,
 - Maquilleuse,
 - Conseillère en image,
 - Centre de manucure.
- Etablissement touristique, bateaux de croisière, centre de vacances, loisirs, remise en forme,
 - Etablissement de soins, de cure, de convalescence et réadaptation,
 - Etablissement pour personnes âgées.

V/ SUITES DE PARCOURS

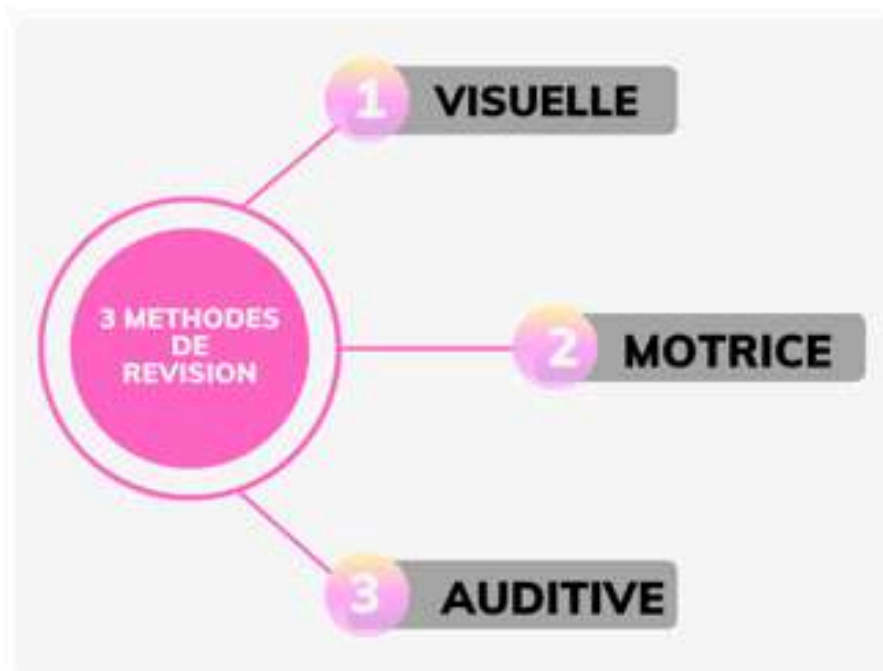
À la suite de l'obtention du CAP esthétique, cosmétique et parfumerie, vous pourrez poursuivre vos études vers :

Brevet professionnel Esthétique,
Baccalauréat professionnel Esthétique, cosmétique et parfumerie,
BTS Métiers de l'esthétique, cosmétique et parfumerie.
BM esthétique, cosmétique et parfumerie,

Vous pouvez également compléter votre expertise avec la formation de prothésiste ongulaire, extension de cils, modelage du corps, socio esthéticienne...

VI/ DUREE DE LA FORMATION

Estimation : environs 800h
Cela peut varier selon chaque personne



La formation démarre en septembre 2025 jusqu'au 30 juin 2026, avec la mise en place des classes virtuelles, mais il est possible de commencer à étudier en ligne et de recevoir les livres de cours avant le mois de septembre (depuis Janvier 2025 si vous le souhaitez. Vous pouvez vous inscrire jusqu'au 1er décembre 2024 (un entretien téléphonique est nécessaire).

VII/ METHODES PEDAGOGIQUES



Découverte	Actif	Démontrer	Implication
<p>Transmettre des contenus aux apprenants.</p> <p>Méthode affirmative ou expositive</p> 	<p>Être acteur de sa progression.</p> <p>Exemple : faire des stages en milieu professionnel.</p> 	<p>Transmettre des vidéos de protocole de soins aux apprenants.</p>  <p>ONLINE TRAINING</p>	<p>Favoriser les interventions des apprenants. Se filmer pour reproduire les techniques esthétiques.</p> 

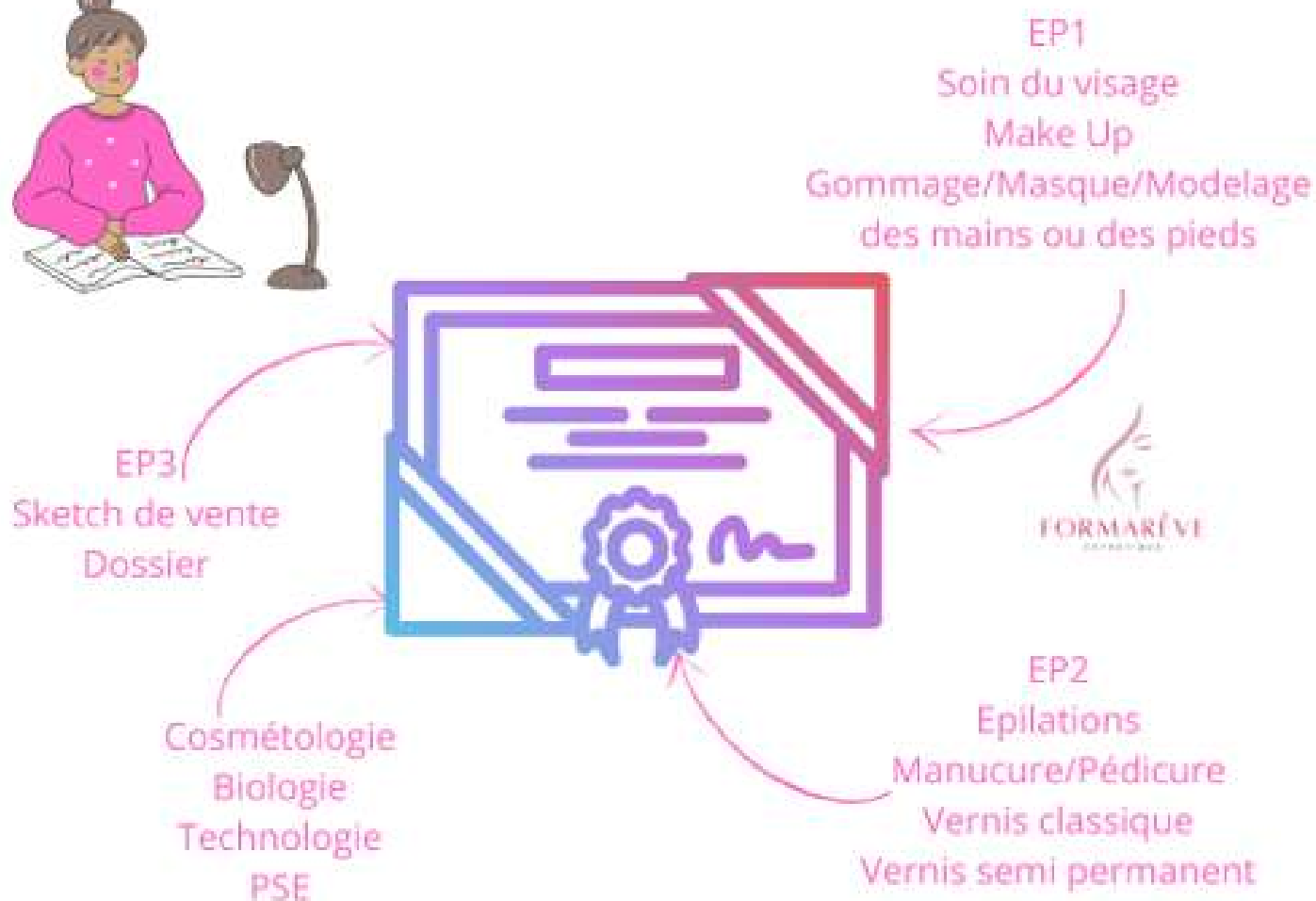
VIII/ MODALITE D'EVALUATION

Afin de pouvoir évaluer le plus efficacement possible sur l'acquisition des connaissances de l'apprenant, celui-ci devra réaliser les outils d'évaluation suivants :

- Exercices interactifs (sur la plateforme de cours en ligne) : QCM, exercices à trou, correspondance des libellés sur schémas,
- Devoirs après chaque chapitre acquis dont les corrections sont directement consultables en ligne en cliquant sur « correction », les devoirs ne sont pas corrigés par Forma-Rêve-Esthétique,
- Plusieurs CAP blancs pour chaque pôle (EP1 et EP2), et de manière orale concernant l'épreuve « oral de vente » (EP3), corrigés directement par le centre de formation.

A l'issue de la formation, l'apprenant devra participer aux examens du CAP ECP, organisés par les centres d'examens de leur rectorat dont il dépend, en présentiel. Le résultat d'admission lui sera communiqué sur le site des résultats des examens du rectorat, les notes y seront également publiées grâce à la communication de son numéro de candidat ou par courrier. Le résultat d'admission ou de refus, ainsi que les notes obtenues devront être communiqués à la formatrice.

Une attestation de formation sera transmise en fin de formation, mais ne pourra en aucun cas remplacer le diplôme d'Etat du CAP ECP, seul ce dernier fera foi de son admission.



IX/ PRIX DE LA FORMATION

Fiche tarifaire valable jusqu'au 30 septembre 2025. Session 2025/2026.

	Formule « accompagnement »	Formule « Premium »
Cours professionnels en ligne EP1 / EP2 / EP3	✓	✓
Cours professionnels en format papiers EP1 / EP2 / EP3		✓
Cours PSE offert		✓
Exercices en ligne	✓	✓
Vidéos en ligne	✓	✓
Evaluations et corrections en ligne	✓	✓
CAP blancs	2 dans chaque pôle	4 dans chaque pôle
Correction de vos vidéos d'entraînement		✓
Suivi en groupe		✓
Suivi individuel		✓
Fiches de révision		✓
Correction de votre projet de vente	✓	✓
Convention de stage	✓	✓
Attestation de formation	✓	✓
Tarifs préférentiels chez les fournisseurs	✓	✓
Aide à l'inscription	✓	✓
Tarifs	1200€	1900€

Formule Accompagnement :

Cette formule est conçue pour ceux qui souhaitent acquérir les bases et progresser à leur rythme. Elle inclut les séances essentielles, les supports de cours et un suivi régulier pour vous guider.

Formule Premium :

Elle offre une expérience complète et personnalisée.
Elle inclut : Un accompagnement individualisé et intensif.
Un accès exclusif à des ressources et des outils avancés.
Des ateliers pratiques exclusifs pour perfectionner vos compétences.

Fiche tarifaire valable jusqu'au 30 septembre 2025. Session 2025/2026.	Je valide l'épreuve « EP1 »	Je valide l'épreuve « EP2 »	Je valide l'épreuve « EP3 »
Cours professionnels en ligne EP1 / EP2 / EP3	✓	✓	✓
Cours professionnels en format papiers EP1 / EP2 / EP3	✓	✓	✓
Exercices en ligne	✓	✓	✓
Vidéos en ligne	✓	✓	✓
Evaluations et corrections en ligne	✓	✓	✓
CAP blancs	3	3	3
Correction de vos vidéos d'entraînement	✓	✓	✓
Suivi en groupe	✓	✓	✓
Correction de votre projet de vente	-	-	✓
Convention de stage	✓	✓	✓
Attestation de formation	✓	✓	✓
Tarifs préférentiels chez les fournisseurs	✓	✓	✓
Aide à l'inscription	✓	✓	✓
Tarifs	700€	700€	700€

Repassez votre CAP Esthétique en toute sérénité !

Vous avez échoué à un ou plusieurs pôles de votre CAP Esthétique ? Ne laissez pas cet obstacle vous décourager ! Notre centre de formation vous propose un accompagnement personnalisé pour vous aider à repasser les épreuves avec succès.

Nos atouts :
Formations ciblées
Formateurs expérimentés
Suivi individualisé
Tarifs adaptés

N'hésitez pas à nous contacter pour un bilan personnalisé et un devis gratuit

Fiche tarifaire valable jusqu'au 30 septembre 2025. Session 2025/2026.	Fiche de révision « EP1 »	Fiche de révision « EP2 »	Fiche de révision « EP3 »
Fiche de révision PDF en ligne EP1 / EP2 / EP3	✓	✓	✓
Exercices en ligne	✓	✓	✓
Vidéos en ligne	✓	✓	✓
Evaluations et corrections en ligne	✓	✓	✓
CAP blancs	3	3	3
Suivi en groupe	✓	✓	✓
Correction de votre projet de vente	-	-	✓
Convention de stage	✓	✓	✓
Attestation de formation	-	-	-
Tarifs préférentiels chez les fournisseurs	-	-	-
Aide à l'inscription	-	-	-
Tarifs	90€	90€	60€

Vous préparez votre CAP Esthétique en candidat libre et souhaitez optimiser vos révisions ? Je vous propose un accompagnement sur mesure, adapté à vos besoins spécifiques.

Fiches de révision complètes et personnalisées :

Chaque fiche est conçue pour couvrir l'ensemble des pôles du CAP Esthétique.

Le contenu est adapté à votre niveau et à vos points forts/faibles.

Vous bénéficiez d'un support clair, concis et efficace pour faciliter votre apprentissage.

Suivi individuel et conseils personnalisés :

Je vous accompagne tout au long de votre préparation, en répondant à vos questions et en vous guidant dans vos révisions.

Vous bénéficiez de conseils personnalisés pour optimiser votre organisation et votre méthodologie.

Préparation à l'examen pratique :

Je vous propose des simulations d'examen pour vous familiariser avec les épreuves et vous aider à gérer votre stress.

Vous recevez des conseils pratiques pour maîtriser les techniques et les protocoles de soins.

N'hésitez pas à me contacter pour plus d'informations et pour bénéficier d'un accompagnement sur mesure vers la réussite de votre CAP Esthétique

X/ DISPOSITIFS PEDAGOGIQUE

Qui est concerné ?	Combien d'inscription ?	Quand s'inscrire ?
Toute personne majeure et mineure sous l'accord du responsable légal.	Limitée à 20 place pour la formule « Premium ».	A partir du 1 ^{er} Janvier 2025 jusqu'au 31 Juin 2025. Session d'examen Juin 2026. <i>*Toutes inscriptions tardives du 1^{er} Juillet au 31 Décembre 2025 sont possibles sous certaines conditions. Joindre le centre de formation Foma-Révé-Esthétique.</i>

XI/ ACCESSIBILITES AUX PORTEURS DE HANDICAP

Durant la formation.

En tant que formatrice, je prendrai le soin d'expliquer à nouveau et sous différentes formes, le contenu de la formation. Je veillerai à articuler correctement.

Pour aller encore plus loin dans la prise en compte du handicap, un moyen de communication digital peut être utilisé, tel que « One Note » avec Microsoft 365 qui permet le tchat ou la traduction écrite directe par dictée vocale.

Pour les apprenants porteurs de handicap visuel, l'ensemble des courts écrits sont accessibles à tout logiciel de revue grossissant à partir de la plateforme à distance.

Durant l'examen.

Si vous bénéficiez d'un PPS ou d'un PAI, pensez à faire noter votre demande d'aménagement pour les examens.

En fonction de votre handicap

Vous pouvez demander :

- Que l'on écrive sous votre dictée,
- Bénéficier d'un tiers temps supplémentaire par épreuves,
- D'utiliser votre propre matériel informatique,
- Que les fautes d'orthographe ne soient pas pénalisantes,
- Que les sujets soient transcrits en braille ou en gros caractère avec un fort contraste.

Le candidat constitue le dossier de demande à l'aide du formulaire national correspondant à l'examen, il le remet à son professeur principal pour que l'équipe pédagogique donne un avis sur la demande. Les informations médicales sont transmises sous pli confidentiel au médecin désigné par la CDAPH.

***Vous devrez vous rapprocher individuellement auprès de votre académie pour obtenir les formulaires.**



XII/ LA FORMATRICE ET CONTACT

Qui suis-je ?

Manon Sendrous

33 ans – En couple – 1 enfant

Académie Forma-rêve-esthétique



MES COMPÉTENCES

Adaptabilité – Écoute active – Empathie

Accompagner – Capacité à motiver – Bienveillance

Correction des travaux – Polyvalence – Planification des cours

Transmettre mon savoir – Favoriser la réussite au CAP

MON CV

- ♥ Depuis 2012 : Jury d'examen (académie de Montpellier) au CAP, Bac Pro et BTS Esthétique et coach à la préparation des examens du CAP ECP.
- ♥ De 2021 à 2024 : Professeur d'esthétique en présentiel au sein d'un établissement scolaire dans l'Aude.
- ♥ De 2012 à 2022 : Esthéticienne et gérante d'un institut de beauté dans les Pyrénées Orientales.
- ♥ De 2009 à 2012 : Esthéticienne en balnéothérapie.

CONTACT

- ♥ 06.75.31.15.51
- ♥ Contact@forma-esthetique.fr
- ♥ <https://forma-esthetique.com> / Instagram / Facebook / LinkedIn
- ♥ Sendrous Manon – Forma-rêve-esthétique – 8 Rue Jean Sébastien Bach – 66760 Bourg-Madame