

Zebr'elle - Stéphanie Vasseur
27 Rue de Sénéfontaine
60155 St Léger en Bray
N° SIRET 525 094 454 00028
N° Formateur 32 60 03825 60



LE DIAPASON EN SOCIO ESTHETIQUE

Public : Socio esthéticiennes

Maximum de participants : 8

Durée : 1 journée de 7 heures

Date de la formation : 24 octobre 2026

Lieu de formation : Résidence Domitys - Beauvais

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Identifier les principes d'utilisation du diapason dans un objectif de relaxation et de bien-être.
- Connaître le fonctionnement des vibrations sonores et leurs modalités d'utilisation.
- Identifier les indications, les précautions d'emploi et les contre-indications du soin.
- Réaliser un protocole de modelage associant techniques manuelles et utilisation du diapason.
- Adapter le soin aux besoins et aux capacités des personnes accompagnées en socio-esthétique.
- Intégrer le diapason dans leur pratique professionnelle en respectant leur posture et leur champ de compétences.

COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Utiliser le diapason de manière sécurisée dans leur pratique professionnelle.
- Maîtriser les techniques de pressions palmaires, digitopression, vibrations manuelles et utilisation du diapason.
- Réaliser un protocole complet de modelage favorisant la détente corporelle.
- Adapter leur pratique aux différents publics accompagnés en socio-esthétique.
- Identifier les limites de leur intervention professionnelle.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques.
- Démonstrations réalisées par la formatrice.
- Exercices pratiques en binôme.
- Études de situations professionnelles.
- Analyse des ressentis.
- Échanges de pratiques.

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Diapasons thérapeutiques.
- Tables de massage.
- Supports pédagogiques remis aux stagiaires.
- Vidéoprojecteur.
- Salle adaptée à la pratique.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire de positionnement en début de formation.
- Questionnaire d'évaluation des acquis.
- Questionnaire de satisfaction.

PROGRAMME

JOUR 1

MATIN

Les fondamentaux du diapason

- Présentation de l'outil et de ses caractéristiques.
- Les principes des vibrations sonores et leur utilisation dans une démarche de relaxation.
- Les bienfaits recherchés dans l'accompagnement socio-esthétique.
- Les techniques manuelles associées :
 - pressions palmaires ;
 - digitopression ;
 - vibrations palmaires.
- Les précautions d'emploi et contre-indications.
- Rappels anatomiques utiles à la pratique.
- Place du diapason dans l'accompagnement en socio-esthétique.

APRÈS-MIDI

Réalisation d'un protocole de modelage au diapason

- Présentation du protocole complet.
- Installation ergonomique du bénéficiaire.
- Utilisation des vibrations manuelles.
- Utilisation du diapason sur des zones ciblées et à proximité du corps.
- Mise en pratique en binôme.
- Analyse des ressentis.

Adaptation du protocole en socio-esthétique

- Adaptation selon les différents publics :
 - personnes âgées ;
 - personnes atteintes de pathologies chroniques ;
 - personnes en situation de handicap ;
 - accompagnement en établissement ou à domicile.
- Conseils pour intégrer cette technique dans une prise en charge socio-esthétique.
- Questions-réponses et échanges de pratiques.

**DELIVRANCE D'UNE ATTESTATION DE FORMATION +
UN CERTIFICAT DE FORMATION**