

Livret de formation professionnel

Extensions de cils

[Centre de Formation NEFERTITI](#)

[Certification RS6370 – Réaliser une pose d'extension de cils](#)

<https://www.beaute-nefertiti.com/formation-extension-de-cils>



MAÎTRISEZ L'ART DE

Extensions de Cils

TRANSFORMEZ VOTRE PASSION EN UNE BELLE CARRIÈRE

- ✓ Formation certifiée
- ✓ Techniques d'extension de cils
- ✓ Accompagnement personnalisé
- ✓ Adapté aux débutantes
- ✓ Financement via le CPF.

 Investissez en vous.

SOYEZ VOTRE PROPRE PATRONNE.


Centre de Formation Nefertiti

Présentation du livret

Ce livret a été conçu comme un support de formation clair, premium et pédagogique. Il accompagne l'apprenant tout au long du parcours, depuis la découverte du cadre de la certification jusqu'aux exercices pratiques et à l'évaluation finale.

Les emplacements photos peuvent être ajoutés au fil des modules pour illustrer les gestes techniques, les outils, les schémas et les démonstrations.

1. Public visé

La certification « Réaliser une pose d'extension de cils » s'adresse aux professionnels souhaitant développer une compétence complète sur les techniques de pose cil à cil et de volume russe.

Praticiens en maquillage permanent

Esthéticien·ne·s

Dermographes

Prothésistes ongulaires

Professionnel·le·s des métiers de la beauté

Personnes ayant un projet professionnel en extension de cils

2. Prérequis

L'accès à la certification est destiné aux candidats disposant d'un profil compatible avec le métier ou d'un projet professionnel cohérent en extension de cils.

Être professionnel·le du domaine de l'esthétique

Ou avoir un projet professionnel en extension de cils

À retenir — la formation repose sur un engagement sérieux, une pratique régulière et une volonté d'intégrer les standards professionnels du secteur.

3. Matériel nécessaire

L'apprenant doit disposer d'un environnement de travail stable afin de suivre les cours, réaliser les exercices et transmettre les supports demandés.

Ordinateur ou tablette

Bonne connexion internet

Caméra pour l'évaluation

Accès à la plateforme SchoolMaker

4. Modalités et délai d'accès

L'inscription suit un parcours simple, structuré et accessible, avec une organisation pensée pour permettre une entrée en formation dans de bonnes conditions.

Demande d'inscription par mail ou téléphone

Transmission du formulaire d'inscription

Inscription au moins 15 jours avant la date de formation

Parcours en entrées et sorties permanentes

5. Accessibilité

La référente handicap analyse chaque situation avec attention afin de proposer, lorsque cela est possible, les aménagements adaptés au parcours de formation.

Contact : inessakoreniok@yahoo.com

<https://www.beaute-nefertiti.com/formation-extension-de-cils>

Note d'accessibilité — chaque situation est étudiée individuellement pour favoriser un apprentissage dans les meilleures conditions.

6. Modalités d'évaluation

Les évaluations permettent de mesurer la progression du candidat à chaque étape du parcours, depuis le diagnostic initial jusqu'à la validation finale des compétences.

6.1 Diagnostic de départ

Questionnaire d'évaluation des connaissances

Analyse du niveau initial

6.2 Évaluation formative

Exercices pratiques

Photos déposées sur SchoolMaker

Corrections individualisées

6.3 Évaluation

certificative

Avec présence du jury :

Épreuve orale : 15 à 30 minutes

Questionnaire théorique : 30 minutes

Épreuve pratique : 2 heures

Réalisation d'une pose cil à cil ou volume russe

Envoi d'une photo ou vidéo via SchoolMaker

Objectif de l'évaluation —

vérifier la maîtrise technique, la

**rigueur du protocole et la qualité
du résultat final.**

7. Modalités de suivi

**Le suivi de l'apprenant repose sur des indicateurs concrets et
une observation régulière de sa progression.**

Relevés de connexion

Exercices réalisés

Photos déposées

Enquête de satisfaction à chaud

Suivi individualisé par les chargés d'assiduité

8. Encadrement et accompagnement

Formatrice experte : Inessa Koreniok

Réponses quotidiennes

Messagerie individuelle

Forum SchoolMaker

**Emplacement photo —
formatrice, démonstration
technique, correction d'un geste
ou échange avec l'apprenant.**

9. Méthodes pédagogiques

La pédagogie repose sur une logique d'apprentissage expérientiel, où l'apprenant progresse par l'observation, la pratique et l'analyse.

L'apprenant est acteur de ses apprentissages

Mise en situation réelle

Analyse des exercices

Accompagnement téléphonique

Possibilité de prévenir en cas de difficulté pour se rendre au centre

10. Assistance pédagogique

L'assistance pédagogique a pour objectif de sécuriser le parcours et de faciliter la compréhension des contenus à chaque étape.

RDV téléphoniques formateurs illimités

Plateforme e-learning accessible 24/7

Forum d'échange

Suivi individualisé

Mail : inessakoreniok@yahoo.com

11. Assistance technique

L'assistance technique est disponible du lundi au samedi pour répondre aux besoins liés au parcours numérique et administratif. 9h–12h30

13h30–17h00

Problèmes de connexion Documents

contractuels Contact :

inessakoreniok@yahoo.com

12. Matériel pédagogique fourni

Le matériel envoyé par voie postale permet à l'apprenant de s'exercer dans un cadre concret et professionnel.

Tête en silicone

Palettes d'extensions

Pinces

Colles

Non inclus : table de soin

Emplacement photo — contenu du kit pédagogique, outils de précision et accessoires de pratique.

13. Certificateur

Certification enregistrée sous l'intitulé : RS6370 – Réaliser une pose d'extension de cils.

Partenaire certificateur : Centre de Formation NEFERTITI.

14. Programme de formation

Cadre de la formation

Questionnaire d'évaluation des connaissances

Partie 1 — Procédure d'hygiène

Risques en cas d'absence d'hygiène

Protocole d'hygiène

Sécurité

Contre-indications

Diagnostic client

Allergies

Équipements professionnels



Obligation de désinfecter le matériel

Les pinces utilisées pour les extensions de cils sont du matériel réutilisable. Elles doivent être nettoyées et désinfectées après chaque cliente, avant toute nouvelle utilisation, conformément au protocole d'hygiène de l'institut et aux recommandations du fabricant. Cette étape est indispensable pour limiter les risques de contamination et protéger la cliente comme la professionnelle.

Procédure :

1. Retirer les résidus de colle et les impuretés.
2. Nettoyer soigneusement les pinces.
3. Les désinfecter avec un produit adapté au matériel.
4. Respecter le temps de contact indiqué sur le produit.
5. Rincer si nécessaire, puis sécher complètement.
6. Ranger les pinces dans un espace propre et protégé.

Ne jamais utiliser une pince sale ou insuffisamment désinfectée.



Le lavage des mains en institut de beauté est indispensable pour garantir un environnement sain et sécurisé. Il doit être réalisé avant et après chaque prestation, ainsi qu'après tout contact susceptible de contaminer les mains. 1. Mouiller les mains à l'eau tiède. 2. Appliquer une dose suffisante de savon, de préférence liquide. 3. Frotter soigneusement les paumes, le dos des mains, les espaces entre les doigts, les pouces, le contour des ongles et les poignets pendant au moins 20 secondes. 4. Rincer abondamment à l'eau claire. 5. Sécher les mains avec une serviette propre à usage unique ou un sèche-mains. Une bonne hygiène des mains contribue à protéger la clientèle et les professionnels et à limiter les risques de contamination.

Partie 2 — Les cils : ce qu'il faut

Absolument connaître

Cycle de vie des cils

Structure du cil

Importance pour la pose

CENTRE NEFERTITI

Cycle de vie naturel des cils



Chute naturelle du cil → Nouveau cil → Nouveau cycle



Les cils naturels se renouvellent en permanence. Les extensions suivent ce cycle naturel : elles tombent avec le cil naturel auquel elles sont fixées. Un remplissage est généralement recommandé toutes les 2 à 4 semaines, selon la repousse et l'entretien.



1 Phase anagène – Croissance

Le cil est en pleine croissance et solidement attaché au follicule. Cette phase dure généralement 30 à 45 jours.



2 Phase catagène – Transition

La croissance du cil s'arrête progressivement et le follicule commence à se rétracter. Cette phase dure environ 2 à 3 semaines.



3 Phase télogène – Repos et chute

Le cil arrive à maturité et reste en place pendant une période de repos de 4 à 9 semaines. Lorsqu'un nouveau cil pousse, l'ancien tombe naturellement.



Comprendre le cycle de vie du cil permet d'adapter la pose, d'expliquer la chute naturelle des extensions et de planifier les remplissages.

Partie 3 — Bases en extension de cils

Épaisseurs Longueurs

Courbures

Les extensions abîment-elles les cils ?

Choix Épaisseur, Courbure

et i Longueur des Extensions de Cils

Choisir l'Épaisseur

Cil à Cil Classique

0.15 mm à 0.20 mm

Effet Naturel



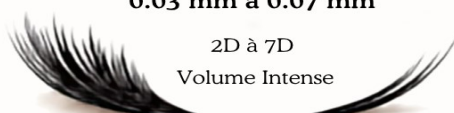
Cils Fins & Courts
Extensions Minces

Volume Russe

0.03 mm à 0.07 mm

2D à 7D

Volume Intense



Cils Épais & Longs
Extensions Épaissée

Choisir la Courbure

B



• Yeux en Amande
Centre Allongé

C



• Yeux Ronds
Effet Oil de Biche

D



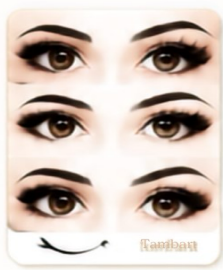
• Yeux Tombants
ou Cils Droits
Courbures L, D, M

D



L





Choisir la Longueur



mm +2 mm +3 mm

Cil Naturel

Respecter la Santé du Cil
Longueur Adaptée
Effet Souhaité

Maximum +1 à +3 mm

Partie 4 — Lexique des produits

Les produits écoresponsables pour extensions de cils constituent une évolution majeure du marché en 2026.

Les professionnelles recherchent désormais des solutions associant performance, sécurité et respect de l'environnement. L'utilisation de fibres véganes, de nettoyeurs biodégradables et d'adhésifs à faible émission contribue à réduire l'impact écologique des prestations tout en répondant aux attentes d'une clientèle de plus en plus sensibilisée au développement durable.

Critères de sélection pour 2026

- **Certification végan.**
- **Non testé sur les animaux.**
- **Emballages recyclables ou rechargeables.**
- **Ingédients biodégradables.**
- **Traçabilité des matières premières.**
- **Réduction des allergènes**

Nettoyage et dégraissage

Primer

Fixateur

Remover

Colle

Comment coller les extensions

Questions fréquentes

Partie 5 — Méthode cil à cil

Vidéo explicative Mapping Poupée

Pose des patchs

Préparation des cils naturels

Application

Dépose

Remplissage des coins internes

Fiche cliente

Autorisation d'image

Exercice pratique : pose cil à cil sur silicone ou modèle



Points importants

- ✓ Les cils inférieurs doivent être entièrement isolés.
- ✓ Le patch ne doit pas remonter sur les cils supérieurs.
- ✓ L'œil doit rester complètement fermé pendant toute la prestation.
- ✓ Aucun cil inférieur ne doit rester visible pour éviter les collages accidentels.

Erreurs à éviter

- ✗ Patch trop près de l'œil : risque d'irritation et d'inconfort.
- ✗ Patch posé sur les cils inférieurs : mauvaise isolation.
- ✗ Patch trop bas : certains cils inférieurs restent exposés.



Partie 6 — Volume russe

Vidéo explicative Réalisation d'une pose volume

Mapping tendances Yeux de Biche Yeux Amande

Types de bouquets

Bouquets préfaits

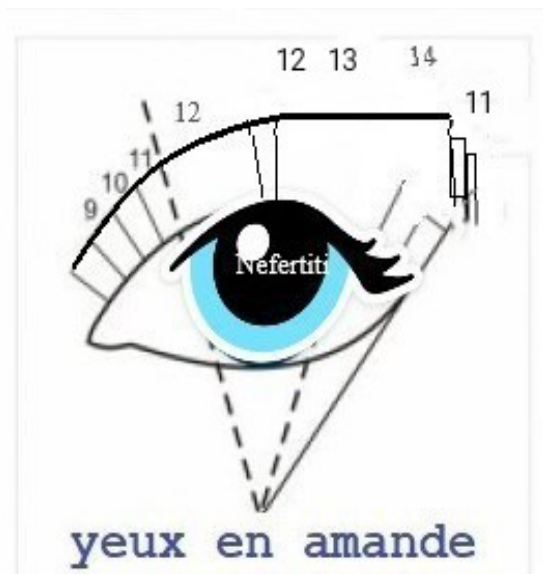
Vidéos explicatives

Choix courbe et longueur

Remplissage

Easy Fanning

Exercice pratique : pose volume russe



Partie 7 — Problèmes fréquents

Douleurs

Rougeurs

Gêne

Extensions qui pendent ou cassent



1. Pourquoi faut-il laisser environ 1 mm entre l'extension et la paupière ?

Réponse : Il faut laisser une distance de 0,5 à 1 mm afin d'éviter tout contact de la colle avec la peau. Cette distance permet d'assurer le confort de la cliente, de prévenir les irritations et de respecter la croissance naturelle du cil.

- ✓ Distance idéale : 0,5 à 1 mm de la paupière.
- ✓ Aucun contact entre la colle et la peau.
- ✓ Plus de confort pour la cliente.
- ✓ Meilleure rétention des extensions.
- ✓ Respect du cycle de vie naturel des cils.

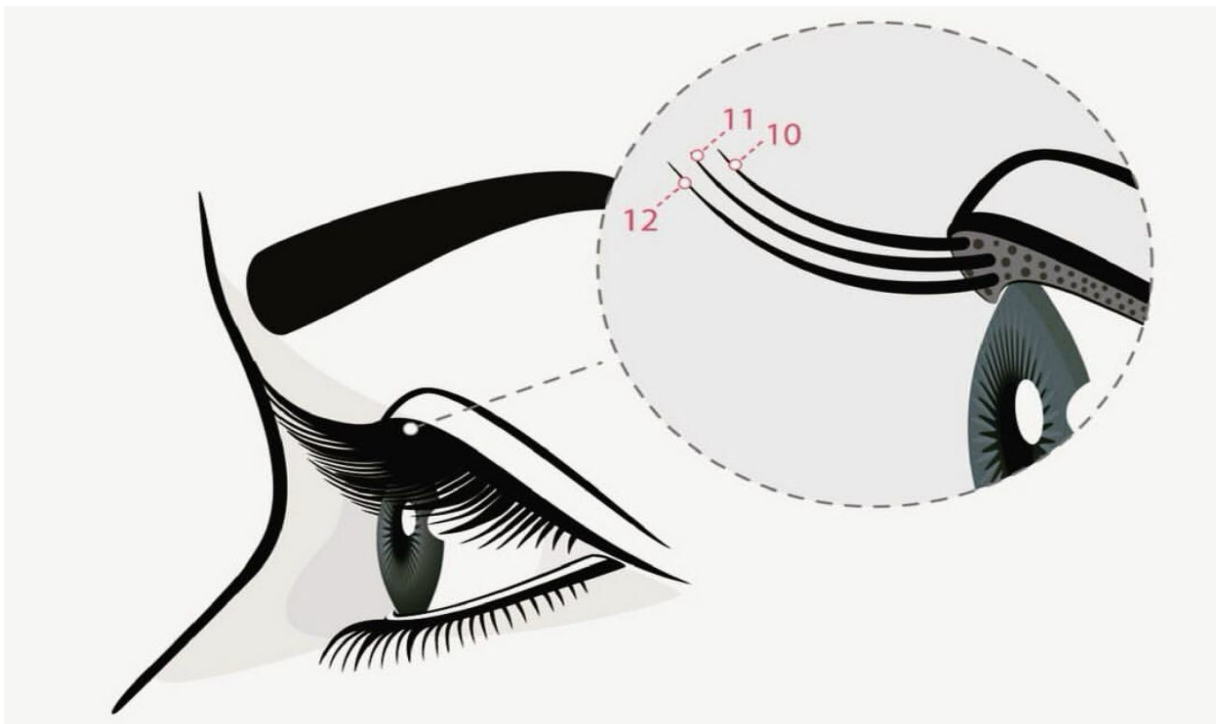


Partie 8 — Volume russe Mapping tendances

Vidéo Explicative Effet Kim K sur la base Mapping Poupee

Vidéo Explicative Effet Kim K sur la base Mapping Amande

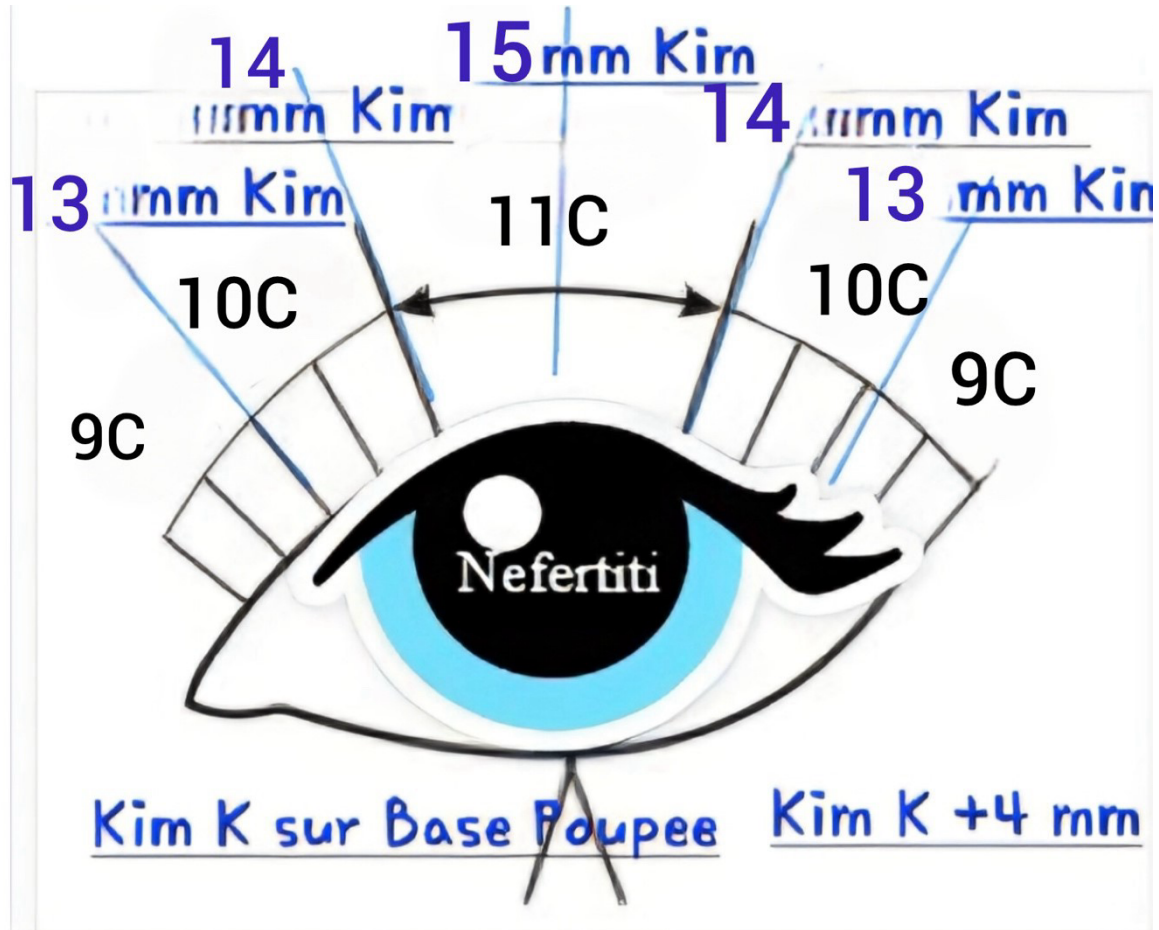
Les 3 rangees de Cils naturels



Exercice pratique : Kim K réaliser une pose sur la tête en silicone ou modelé humaine

Vidéo Explicative Effet Manga Mapping Effet Manga

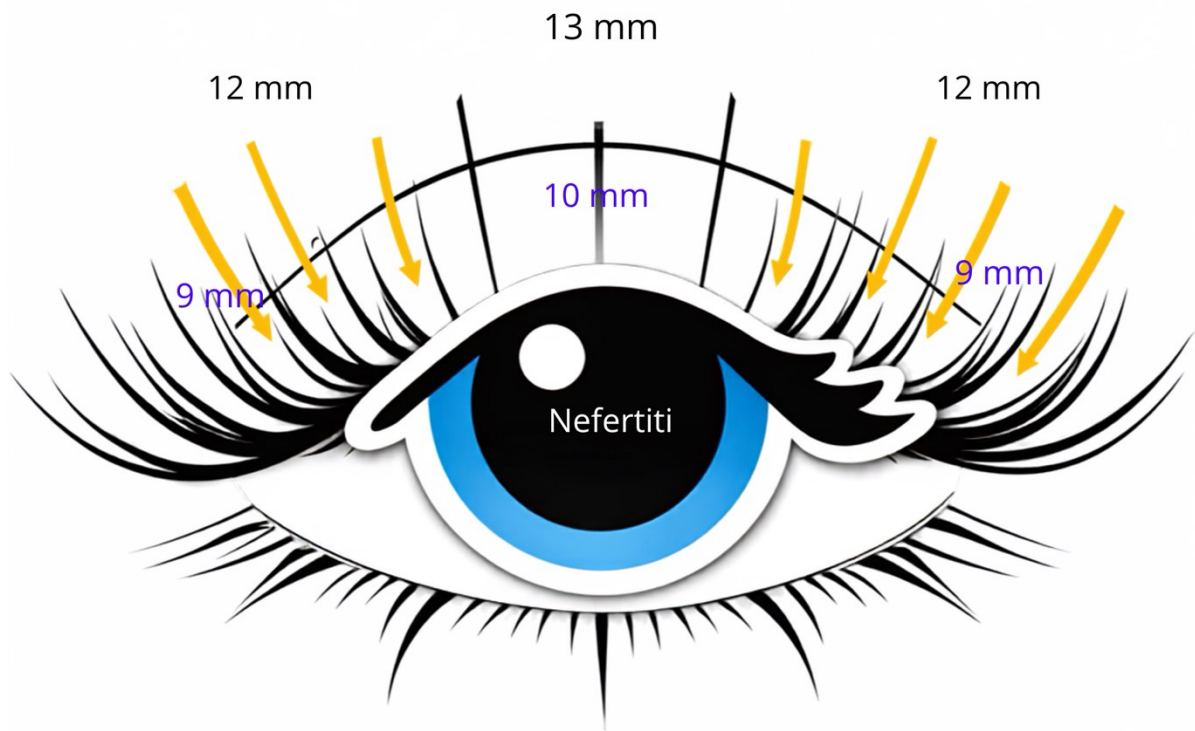
Mapping tendances Effet Kim K , Effet Manga



Mapping Effet Manga

Cils individuelles : 13 mm - 12 mm rangées hautes

Les bouquets 2-3D rangées basses : 10 mm - 9 mm



Partie 9

Leçons virtuelles avec la formatrice - Questions / Réponses

Tout au long de votre formation, vous bénéficierez de séances de coaching en direct avec votre formatrice via Zoom.

Ces leçons virtuelles sont l'occasion d'échanger sur votre progression, de poser vos questions et d'obtenir des conseils personnalisés afin d'améliorer votre pratique.

Avant chaque séance, préparez une liste de questions concernant :

- Les techniques étudiées dans la formation.
- Les difficultés rencontrées lors de vos entraînements.
- L'utilisation du matériel et des produits.
- Les problèmes de rétention, d'isolation ou de pose.
- Toute autre question liée à votre apprentissage.

La formatrice pourra également analyser vos réalisations, corriger vos erreurs et vous proposer des solutions adaptées à votre niveau.

La durée d'une leçon virtuelle est généralement comprise entre **50 et 90 minutes**.

Selon vos besoins, plusieurs séances peuvent être programmées afin de vous accompagner vers la réussite de votre certification.

Partie 10 — Durée de vie des extensions

Raisons des chutes

Entretien

Conseils cliente

15. Évaluation finale

Pose cil à cil ou volume

Questionnaire professionnel

Entretien jury : 15-30 minutes

Validation des compétences

Emplacement photo — résultat

^{final} **validé, jury, mise en situation ou plan rapproché d'une pose terminée.**