

## Programme : DRAINAGE LYMPHATIQUE DU VISAGE

**Présentation:** Le drainage lymphatique du visage est une technique douce, très précise. C'est un massage lent et rythmé destiné à stimuler la circulation de la lymphe au niveau du visage et du cou. Le massage se fait par des mouvements de pompages, de lissages en suivant les trajets naturels de la lymphe.

**Durée:** 7 heures (1 jour)

**Profils des stagiaires :** ouverts à toutes personnes

**Prérequis :** AUCUN PREREQUIS - Cette formation s'adresse aussi bien aux professionnels qu'aux débutants et aux personnes en reconversion professionnelle.

**Délai d'accès :** inscription possible jusqu'à la veille de la formation sous réserve qu'il reste des places.

### Objectifs pédagogiques et Compétences visées

- Connaître les préconisations et les contre-indications de ce massage
- Savoir c'est qu'est le système lymphatique
- Intégrer et maîtriser les différentes techniques du protocole
- Pratiquer et réaliser une séance de massage complète.
- Acquérir les gestes professionnels du massage et le toucher juste
- Acquérir les bonnes postures lors du massage
- Respecter les conditions d'hygiène

### Contenu de la formation

- Programme de la 1<sup>ère</sup> journée :
  - Accueil et présentation des stagiaires (leurs attentes, leurs projets)
  - Présentation théorique du drainage lymphatique : ses origines, ses bienfaits, ses contre-indications, comment fonctionne le système lymphatique, ce qu'est la lymphe...
  - Préparation d'une séance de massage : accueillir son client, ses besoins
  - Préparation de la salle de massage : installation de la pièce, réglage de la table, lumière, musique
  - Mise en pratique des enchaînements du massage : démonstration et mise en pratique du massage (mouvements de pompage et de rotations circulaires au niveau du décolleté, du cou et du visage)
  - Pause déjeuner
  - Mise en pratique en binôme : Démonstration et pratique du massage (mouvement de lissage)
  - Révision de l'ensemble du protocole
  - Evaluation individuelle théorique (QCM) et pratique sur les formateurs(rices) afin de valider les acquis
  - Après validation, remise des Certificats d'aptitude Professionnel aux stagiaires
  - Bilan de la journée de formation

## LenaZen ACADEMY

Siège social : 14320 Fontenay le Marmion

Email: [lenazenacademy@gmail.com](mailto:lenazenacademy@gmail.com)

Tel: 0689329078



### Outils de formation :

- Protocole écrit et illustré
- Table de massage
- Huiles de massage
- Serviette

### Les plus de la formation :

- Formation limitée à 6 stagiaires par session
- L'école reste joignable après la formation pour vous aider dans votre projet
- Réfectoire sur place pour déjeuner (micro-onde, frigo, café, thé et eau mise à disposition)
- Petit déjeuner de bienvenue
- Local situé proche de la gare de Valence ville, Caen, Sablons, La Rochelle, Lyon

#### ○ Tarif : 170 € à titre personnel

- 1/3 à verser au moment de l'inscription soit 50€ par chèque ou par virement
- Le solde, le 1<sup>er</sup> jour de la formation soit 120€ par chèque ou en espèce

#### ○ Tarif : 238 € avec une prise en charge soit 34€ par heure

#### ○ Personnes en situation de handicap : nous contacter pour vous proposer la meilleure des solutions possibles (0689329078 ou [lenazenacademy@gmail.com](mailto:lenazenacademy@gmail.com))

#### ○ Modalités d'inscription :

- Notre équipe de conseillers en formation se tient à votre disposition pour toute demande d'information par téléphone 06.89.32.90.78 ou par mail à l'adresse suivante [lenazenacademy@gmail.com](mailto:lenazenacademy@gmail.com)
- Vous pouvez également vous inscrire directement via notre site internet [www.lenazenacademy.fr](http://www.lenazenacademy.fr)