



PROGRAMME DE FORMATION

MASSAGE DRAINANT LYMPHATIQUE BRÉSILIEN

Durée du stage : 3 jours 24 h

Horaire : de 9h à 13h et de 14h à 18h

Lieu : 27 Avenue de l'Entre-Deux-Mers, 33370 Fargues-Saint-Hilaire

Public concerné : Esthéticiennes, Professionnelles du massage, Praticiennes de Bien être

Prérequis : Maîtriser la lecture, l'écriture et l'expression orale en français, Être majeur
Avoir les Bases anatomiques générales et pratique préalable du massage manuel

Coût horaire moyen par stagiaire : 37,50 €

Nombre de participants maximum : 6

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Méthodes

- Apports théoriques interactifs avec supports visuels.
- Démonstrations techniques par la formatrice.
- Pratique en binôme avec accompagnement individualisé.
- Auto-évaluation et correction croisée.
- Études de cas et mises en situation.

Moyens techniques

- Salle de formation équipée à Fargues-Saint-Hilaire.
- Tables de massage .
- Linge de soin, huiles et matériel technique fournis.
- Manuel de formation imprimé remis à chaque stagiaire.
- Fiche d'anamnèse type et documents

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

L'objectif de la formation est de permettre aux stagiaires de maîtriser le drainage lymphatique selon la méthode brésilienne, une technique tonique et rythmée qui se distingue par son efficacité immédiate et ses résultats visibles dès la première séance.

OBJECTIFS OPERATIONNELS ET EVALUABLES :

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable de :

- Expliquer les fondements physiologiques du drainage lymphatique en s'appuyant sur les connaissances scientifiques actualisées.
- Conduire une anamnèse rigoureuse et identifier les indications, contre-indications absolues et relatives d'un soin.
- Réaliser un protocole complet de drainage lymphatique brésilien sur le corps.
- Adapter la pression, le rythme et l'enchaînement selon le profil et les besoins du client.
- Intégrer une préparation neuro-vagale (Rituel de Reconnexion) avant le soin technique.
- Communiquer sur sa pratique dans un cadre légal protecteur.
- Structurer son offre commerciale (tarification, packs, positionnement) selon les principes d'un exercice indépendant durable.

SANCTION DE LA FORMATION : Au terme du 3^{ème} jour de la formation, le formateur procédera à l'évaluation permettant de déterminer si la technique est acquise et remettra une attestation de formation en fonction des résultats obtenus.

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1 — Fondements physiologiques et gestes d'ouverture

Objectif du jour : poser les fondations théoriques et acquérir les premières manœuvres d'ouverture des voies de sortie lymphatiques (ganglions cervicaux, terminus, chaînes principales).

Matinée — Théorie et cadre professionnel

9h00 - 9h30 Accueil des stagiaires

- Présentations mutuelles, tour de table des attentes.
- Présentation du déroulé des trois jours.
- Remise du support pédagogique imprimé.

9h30 - 13h Physiologie moderne du système lymphatique

Indications et contre-indications

Après-midi — Préparation, posture et premières manœuvres

14h - 15h Le Rituel de Reconnexion

- Démonstration par la formatrice.
- Pratique en binôme.

15h - 16h Posture et ergonomie du praticien

16h - 18h Manœuvres d'ouverture

- Démonstration détaillée puis pratique en binôme.
- Correction individualisée par la formatrice.
- Bilan de fin de journée et questions.

JOUR 2 — Protocole visage, cou, membres supérieurs et abdomen

Objectif du jour : maîtriser les manœuvres spécifiques des zones les plus demandées en cabinet (visage - cou pour l'effet esthétique immédiat, abdomen pour la dimension globale et digestive).

Matinée - Visage, cou et membres supérieurs

9h - 9h30 Reprise et échanges

- Retour sur le J1, questions restées en suspens.
- Révision rapide

9h30 - 11h Protocole visage et cou complet

- Démonstration par la formatrice du protocole intégral visage-cou.

11h - 13h Pratique visage-cou en binôme

- Enchaînement complet par chaque stagiaire.

Après-midi — Membres supérieurs et abdomen

14h - 15h Membres supérieurs

- Démonstration puis pratique en binôme.

15h - 18h Zone abdominale

- Anatomie
- Démonstration puis pratique en binôme.

JOUR 3 — Membres inférieurs, protocole complet, cadre professionnel

Objectif du jour : intégrer les membres inférieurs, réaliser un protocole complet en autonomie, et acquérir les bases d'un exercice professionnel structuré et légalement défendable.

Matinée - Membres inférieurs et enchaînement

9h - 10h30 Membres inférieurs

- Démonstration puis pratique guidée.

10h30 - 13h Enchaînement du protocole complet

Après-midi - Autonomie, communication et clôture

14h - 15h30 Pratique du protocole complet

- Chaque stagiaire réalise l'enchaînement intégral sur un binôme.
- Observation croisée et corrections finales.
- Auto-évaluation guidée.

15h30 - 16h Communication professionnelle et cadre légal

16h - 18h Structuration de l'offre et clôture

- Tarification et positionnement premium.
- Construction de packs et fidélisation.
- Évaluation théorique finale.
- Bilan collectif et remise des attestations de fin de formation.