



E-academy

FORMATION

**DRAINAGE
LYMPHATIQUE**

Documentation



Cette documentation est publiée par l'organisme **E-academy Formation**

Copyright

@Kathy Bauzan

@E-academy formation

En s'inscrivant à cette formation, le participant s'engage à respecter les conditions ou restrictions d'usage des documents qui lui sont remis. Les documents remis aux participants sont régis par les lois sur les droits d'auteur. Ainsi, toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle par quelques procédés que ce soit, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droits ou ayants causes, est illicite. Toute contravention à la propriété intellectuelle pourra donner lieu à une action en justice, pouvant engager la responsabilité civile et pénale du contrefacteur.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce cours ne peut être reproduite, stocké dans un système de récupération et transmise sous aucune forme et aucun moyen, électronique, informatique, mécanique, photocopie, enregistrement ou toute autre manière, sans l'autorisation écrite et signée, préalable, de l'auteur ou d'E-academy Formation. Malgré tous les soins apportés aux textes, ni l'auteur, ni l'éditeur, ni E-academy Formation ne peuvent être rendus responsables des dommages qui pourraient résulter directement ou indirectement d'une erreur qui peut figurer dans cette édition.



PROGRAMME DE FORMATION DRAINAGE LYMPHATIQUE

1. FORMALITES

Public visé	Professionnels du secteur de l'esthétique, du bien-être, de la santé et les personnes en reconversion professionnelle.
Prérequis	<ul style="list-style-type: none">• Etre majeur (pour les mineurs, une autorisation écrite du représentant légal).• La maîtrise de la langue française à l'oral et à l'écrit.
Nombre de participants	<ul style="list-style-type: none">• de 1 à 6 stagiaires maximums par session• Formation tous les mois, sous réserve de la disponibilité du formateur.
Durée de formation	<ul style="list-style-type: none">• 2 jours, soit 14 heures• 1H30, évaluation des acquis en fin de formation
Horaires de la formation	De 9h00 – 13h00 et de 14h00 – 17h00 (1h00 pour la pause déjeuner), les repas sont à la charge du stagiaire
Lieu de formation	Formation en Intra sur le site de la société - 120 rue Jean Dausset, Technicité 12 – 84140 AVIGNON - MONTFAVET
Coût de la formation	597, 00 euros (Cinq cent quatre-vingt-dix-sept euros) / OF non assujetti à la TVA
Ce que comprend le coût de la formation	<ul style="list-style-type: none">• Formation en présentiel• Ressources pédagogiques• Attestation de fin de formation avec évaluation des acquis
Formatrice et personne chargée des relations avec la(e) ou les stagiaires	Kathy BAUZAN Formatrice / Esthéticienne / Praticienne en SPA, en médecine traditionnelle chinoise et ayurvédique

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Toutes les situations de handicap sont étudiées pour bénéficier d'un aménagement et d'un accompagnement particuliers.

Modalités d'accès à la formation : Avant toute validation de votre inscription, un entretien téléphonique sera indispensable pour permettre au centre E-academy Formation de s'assurer que vos attentes sont en adéquation avec la formation dispensée. Cela permettra également à la formatrice de moduler la formation pour répondre au plus juste à vos besoins.

Il vous sera demandé de nous retourner dûment rempli le formulaire d'inscription que vous trouverez sur notre site au bas de la page de chaque formation.

En retour, un formulaire de pré-évaluation vous sera adressé avec votre contrat de formation afin de connaître au mieux vos compétences et attentes.

Adaptation du rythme des séances du programme aux possibilités opérationnelles du stagiaire :

Possibilité de personnaliser le programme de formation selon votre projet.

Délais d'accès à la formation : Délai de 3 semaines minimum, hors délai inhérent aux démarches administratives indépendantes d'E-academy Formation.

Engagement qualité de l'organisme de formation : L'organisme est certifié Qualiopi et satisfait aux exigences du décret n°2019-564 du 6 juin 2019 relatif à la qualité de la formation professionnelle.

2. DESCRIPTION DE LA FORMATION

Le drainage lymphatique est un enchaînement de manœuvres manuelles spécifiques pour améliorer la circulation de la lymphe, favoriser son renouvellement, optimiser l'élimination des déchets et désinfiltrer les tissus. Mise à part ses actions drainantes (jambes lourdes ou gonflements) et affinantes (surcharges graisseuses ou cellulite aqueuse), le drainage est également pratiqué dans un but d'hydratation et de revitalisation des tissus. Il permet aussi de favoriser la récupération musculaire.

Cette technique manuelle esthétique, de la méthode Emil Vodder se compose de manœuvres douces, lentes et rythmées, sans provoquer d'hyperémie. Elle se pratique avec les doigts et les mains en suivant le sens de la circulation lymphatique et en variant les pressions.

3. OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Découvrir et différencier les étapes du Drainage Lymphatique
- Développer les différentes manœuvres et les enchaînements, adapter le toucher, la pression et la posture en fonction des spécificités de votre client(e)
- Apprendre les bienfaits et les contre-indications pour pratiquer le drainage lymphatique

4. COMPETENCES VISÉES

- Maîtriser le protocole pour réaliser le Drainage Lymphatique sur l'ensemble du corps
- Acquérir les différents gestes techniques adaptés aux spécificités du drainage manuel en fonction de votre client(e)
- Réaliser un Drainage Lymphatique d'une durée d'1h00 en maîtrisant les contre-indications

5. MÉTHODE PÉDAGOGIQUE THÉORIQUE

Le contenu de la formation est souvent adapté et modulé en fonction des besoins et des demandes spécifiques des apprenants dans le respect des objectifs de formation visé.

Programme du cours :

1. Présentation du soin
2. Le système tégumentaire : la peau, les annexes cutanées
3. L'organisation du système sanguin dans le corps
4. Le système lymphatique humain : le fonctionnement, le rôle, les 3 fonctions principales, l'appareil circulatoire lymphatique, la lymphe, les ganglions...
5. Histoire et méthodes du drainage lymphatique : les origines, les pratiques, les méthodes
6. La technique du DLM manuel : technique Vodder, déroulement d'une séance, procédure du soin
7. Les bienfaits et les contre-indications
8. Etape du Drainage lymphatique
9. Le protocole du « Drainage Lymphatique manuel »

6. MÉTHODE PÉDAGOGIQUE PRATIQUE

Techniques : Active, interrogative et participative

La(e) stagiaire pratique sur des modèles, les étapes globales d'un Drainage Lymphatique. Les manœuvres sont expliquées, montrées, commentées et développées avant et pendant le passage à la pratique.

L'apprentissage du protocole se fait étape par étape, avec de la pratique entre chaque démonstration.

Les étapes globales d'un soin (organisation et déroulement du soin) :

1. Installation du poste de travail avec les normes d'hygiène
2. Accueillir et accompagner le modèle pour la pratique du Drainage Lymphatique
3. La technique des différentes manœuvres du DLM
4. Les enchainements
5. Le drainage lymphatique sur l'ensemble du corps (face ventrale et face dorsale)

7. MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Le syllabus de cette formation est complet, très bien structuré. Il n'est pas nécessaire de vous munir de matériel supplémentaire, cela vous permettra de vous concentrer sur l'essentiel : votre apprentissage.

- Paper board
- Livret en support avec feuilles pédagogiques ou livret en PDF, QCM
- Pratique sur modèles avec table de soin, Mise en situation
- Debriefing et Feedback : Questions / Réponses, pour mesurer l'amélioration de la formation

Matériels : Mis à disposition par E-academy Formation

- L'ensemble des produits nécessaires au Drainage Lymphatique
- Table de soin, tabouret...

Accompagnement : La Responsable pédagogique et technique coordonne les différents moyens et équipements pédagogiques, selon les phases avant-pendant-après la formation. La directrice gère les aspects administratifs et comptables des sessions de formation. L'ensemble des moyens d'encadrement respecte les exigences qualité de la formation professionnelle.

À prévoir par le stagiaire :

- Une tenue professionnelle, les cheveux attachés, les ongles courts
- Matériel de prises de notes (bloc papier, stylo, ordinateur portable, tablette...)

8. MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS

Suivi de l'exécution : Feuille d'émergence signée par le stagiaire et la formatrice par demi-journée.

Appréciation des résultats : Evaluation continue tout au long de la formation. Les objectifs opérationnels sont évalués grâce à la réalisation : du QCM, de la pratique sur des modèles et mise en situation, tour de table (fondée sur des échanges) pour encourager et motiver les stagiaires dans leurs démarches. Ces temps d'échanges sont prévus pendant les deux jours de formation pour répondre aux questions des stagiaires et reprendre le cours déjà vu si nécessaire. Evaluation des acquis en fin de formation. Bilan de satisfaction des stagiaires. Attestation de fin de formation.

Validation :

À la fin de la formation, le stagiaire devra réaliser :

- 1 évaluation sur la mise en situation devra être exécutée par le stagiaire dans sa totalité, pour vérifier l'apprentissage du protocole : la technique du Drainage Lymphatique manuel avec les différentes manœuvres, les enchainements et la capacité d'adaptation à pratiquer un Drainage Lymphatique sur l'ensemble du corps sur 1 modèle sous le contrôle de la formatrice qui vérifiera la bonne acquisition du protocole

Attestations :

- Une attestation individuelle de formation avec atteinte des objectifs sera remise au stagiaire, pour valider sa présence, à l'ensemble des deux jours de formation durée 14h00
- Remise d'une attestation de formation en « DRAINAGE LYMPHATIQUE » délivrée pour la réussite de l'examen, afin de valider ses acquis
- Une attestation d'assiduité et de présence vient compléter le dispositif avec envoi au commanditaire de la formation

Suivi de la formation :

Un questionnaire de suivi accompagne cette démarche dans les 2 à 6 mois qui suivent l'action de formation (envoi et retour par mail).

Les points forts de la formation :

- La formatrice dispose de la double compétence Dirigeante et Experte (Formatrice)
- La formation est prodiguée en présentiel
- La formation est en petit effectif pour un apprentissage optimal ou en formation individuelle

9. PROGRAMME DES DEUX JOURS DE FORMATION

JOUR 1 : Présentation du stagiaire, de son cursus professionnel et de ses attentes, présentation de la formatrice

Remise du livret de formation

- Présentation du soin
- Le système tégumentaire
- L'organisation du système sanguin dans le corps
- Le système lymphatique humain
- Histoire et méthodes du drainage lymphatique
- La technique du DLM manuel
- Les bienfaits et les contre-indications
- Etape du Drainage lymphatique
- Le protocole du « Drainage Lymphatique manuel »

Démonstration de l'intégralité de la prestation par la formatrice sur 1 modèle

Pause déjeuner

Réalisation de la prestation

Déroulement de la prestation **sur 1 modèle**

- Pratique spécifique du DLM face ventrale : abdomen, membres inférieurs, thorax et membres supérieurs
Manœuvres : déblocage et pompage, pressions rotations, vague...

Réalisation de la prestation

Déroulement de la prestation **sur 1 modèle**

- Pratique spécifique du DLM face ventrale : abdomen, membres inférieurs, thorax et membres supérieurs
Manœuvres : déblocage et pompage, pressions rotations, vague...

Entraînement QCM, puis un Debriefing (questions/réponses)

JOUR 2 :

Feedback sur la première journée (questions / réponses)

Réalisation de la prestation

Déroulement de la prestation **sur 1 modèle**

- Pratique spécifique du DLM face dorsale : dos, fessier, membres inférieurs et supérieurs
Manœuvres : déblocage et pompage, pressions rotations, lissages...

Réalisation de la prestation

Déroulement de la prestation **sur 1 modèle**

- Pratique spécifique du DLM face dorsale : dos, fessiers, membres inférieurs et supérieurs
- Manœuvres : déblocage et pompage, pressions rotations, lissages...

Pause déjeuner

Réalisation de la prestation

Pratique du soin complet : mise en place du poste de travail (le matériel, les produits), le drainage lymphatique **sur 1 modèle**.

Evaluation pratique du drainage sur l'ensemble du corps sur 1 modèle sous le contrôle de la formatrice

Débriefing : Questions / Réponses des deux jours de formation. Bilan de satisfaction des stagiaires.

En fin de formation, après avoir réussi l'évaluation pratique, la(e) stagiaire reçoit une attestation de formation en « Drainage Lymphatique ».

E-academy FORMATION

