



**NON À LA
DISCRIMINATION**

**Toutes nos formations sont
ouvertes aux personnes en
situation de handicap**

PROGRAMME DE FORMATION

SOIN JAMBES LÉGÈRES

Prérequis

Tout public maîtrisant la langue française, titulaire du CAP ou de BAC PRO ECP ou en cours de préparation.

Mode de formation

La formation se déroule en présentiel.

Durée & Rythme de la formation

2 jours, comprenant 7h par jour, soit 14h au total.

Horaires : de 9h à 17h (pause déjeuner d'une heure).

Objectif de la formation

Cette formation a pour objectif de vous apprendre le protocole du soin jambes légères afin de diversifier l'offre soins de l'institut et de répondre au mieux à la demande des consommateurs.

C1 Intégrer et pratiquer le protocole de Drainage Lymphatique Corps

C2 Maîtriser les manœuvres de stimulation et de drainage manuel

C3 Savoir situer les zones ganglionnaires principales

C4 Maîtriser son intensité de massage sur les différentes zones du corps

C5 Comprendre l'action drainante, d'élimination des déchets et de stimulation des circulations sanguines et lymphatiques

Connaître les contre-indications, les bienfaits physiques, esthétiques et psychologiques attendus et comment les maximiser

Public concerné

Cette formation s'adresse aux débutantes mais aussi aux praticiennes passionnées du bien-être qui exercent déjà le massage bien-être.

Modalités d'évaluation

Pré-positionnement avant le début de la formation (test d'entrée).

Vérification théorique et pratique tout au long de la formation.

Épreuve de mise en situation professionnelle reconstituée.

Méthodes mobilisées (moyens pédagogiques mis en œuvre) :

Théorie

Cours support papier - Protocoles de travail

Pratique

Démonstration et pratique manuelle en binômes et sur modèles

Moyens d'encadrement :

Mme HAAS : formatrice esthétique CAP, BP, BAC PRO BTS - titulaire du BP esthétique - spécialiste des techniques de soins corporel -

27 ans d'expérience dans la formation



**NON À LA
DISCRIMINATION**

Toutes nos formations sont
ouvertes aux personnes en
situation de handicap

Programme de Formation

1^{ère} journée :

Matinée

Test pré-positionnement
Accueil des stagiaires et définition des attentes
Théorie sur les problèmes des jambes lourdes
Démonstration d'un gommage corps
Réalisation d'un gommage corps

Après-midi

Démonstration modelage dermo-vasculaire par la formatrice sur un modèle
Réalisation du modelage dermo-vasculaire par les stagiaires sur leurs modèles
Évaluation intermédiaire

2^{ème} journée :

Matinée

Accueil des stagiaires
Récapitulatif des points importants
Réalisation du protocole complet de modelage dermo-vasculaire sur leurs modèles
Démonstration d'un enveloppement de cryogel
Démonstration de l'utilisation des appareils de presso-thérapie et G5

Après-midi

Réalisation du modelage dermo-vasculaire avec pause d'enveloppement de cryogel et utilisation des appareils électriques
Évaluation individuelle des acquis : Théorie et Réalisation du protocole jambes légères complet
Débriefing général
Remise des certificats

Indicateurs de résultats

100% de réussite à l'examen final en 2024
0% de rupture en cours d'année

Équivalences et passerelles

Pas d'équivalence,
Passerelle : toutes autres formations courtes, nécessitant les mêmes prérequis.

Modalités et délais d'accès

Dossier de candidature sur place ou par correspondance
L'inscription est possible jusqu'au jour de la formation, dans la limite des places disponibles

Accessibilité aux personnes handicapées

Conformément à la Loi du 11/02/2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées, et aux articles D5211-1 et suivants du Code du Travail, l'ISFEC s'engage à soutenir le développement de l'accessibilité de son offre de formation aux personnes handicapées.

Vous avez un handicap et souhaitez une prise en compte de celui-ci dans l'organisation de cette formation, merci de contacter :
Séverine Vellingner - svellingner@isfec.fr - ou au 03 82 34 05 50