



Formation au protocole anti-ride et tenseur du visage

Présentation

De **nombreuses techniques** vous seront enseignées. Issues de la **médecine énergétique traditionnelle chinoise, de la diététique et de la naturopathie**

Chaque ride est expliquée dans sa physiologie, ses rapports anatomiques (origines musculaires, énergétiques ou tissulaires). Connaître l'origine (étiopathogénie) et le mode de fonctionnement des rides permettent d'avoir une **action consciente et efficace**.

- Le Tui Na du visage consiste en un **massage issu de la médecine traditionnelle chinoise** qui agit
 - **au niveau profond des muscles** afin de les tonifier ou de les détendre
 - **au niveau énergétique** afin de favoriser une circulation harmonieuse de l'énergie (Qi), du sang, de la lymphe et des différents liquides organiques
- L'utilisation des ventouses dans le protocole anti rides
- Le Ridoki est un rouleau de massage. Il a une action très puissante sur les **rides** mais aussi sur les **cicatrices, l'acné** et la **cellulite**
- Le Gua Sha qui permet d'agir sur la lymphe, le sang et les muscles :

Objectifs

- Acquérir des notions sur la physiologie de la peau, des rides
- Connaître le protocole anti-ride et tenseur en manipulant tous les outils (ventouses, Gua Sha, Tui Na, Ridoki)

Programme

TP : travaux pratiques

JOUR 1

9h – 12h soit 3 heures

- Définition, présentation des rides
- Protocoles de traitement, indications, contre-indications

14h – 18h soit 4 heures

- TP : Tui Na du visage (massage tonifiant)
- TP : Ridoki, rouleaux de massage
- Naturopathie et diététique anti-rides

JOUR 2

9h – 12h soit 3 heures

- TP : Utilisation des ventouses
- TP : Gua Sha

14h – 18h soit 4 heures

- TP : Repérage des différents points réflexes du visage
- TP : Digitopression

Durée : 2 jours (14 heures)

Tarif : 300€par personne

Référence : T5Lift1

Public visé : esthéticienne, kinésithérapeute

Prérequis : Aucun

Méthodes pédagogiques & techniques : Formation présentielle. Stage pratique : 60% pratique 40% théorique.

- **Moyens pédagogiques** : Support de formation distribué au début de la formation au format papier A4. Formation réalisée avec un support de présentation numérique style PowerPoint.
- **Moyens techniques à disposition** : vidéo projecteur, table de massage, matériel de massage (linge, huile, tables, ventouses, Ridoki, Gua Sha)

Organisation : Le cours alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples, des séances de réflexions, de questions-réponses et des travaux pratiques en groupe.

Formateur : Ludovic Dumay

Le suivi : feuille de présence signée des stagiaires et du formateur par demi-journée

Attestations de présence : attestation de présence individuelle remise au stagiaire en fin de formation

Validation : À la fin de la session, un questionnaire à choix multiple permet de vérifier l'acquisition correcte des compétences.

Sanction : Une attestation sera remise à chaque stagiaire qui aura suivi la totalité de la formation.