Massage du visage - Les bases de la pratique et automassage



Soins - Bien-être | Continue

Durée	Tranche d'âge	Finalité	Pratique en entreprise / Alternance	Métier en pénurie / Fonction critique
12h	18 à 25 ans 25 ans et +	Attestation	Non	Non

Le massage du visage est une technique de soins de la peau aux multiples bienfaits, amélioration de la circulation sanguine et lymphatique, amélioration de l'élasticité et tonicité de la peau, relaxation musculaire, réduction du stress. Il est important de choisir les bonnes techniques et produits de massage pour maximiser les avantages et éviter les effets indésirables.

Programme :

- Notion de base anatomie visage, système lymphatique, circulatoire, le vieillissement cutané ! Indications et contre-indications.
- Les manœuvres de massage lymphatiques, anti rides, tonifiantes, relaxantes, galbantes
- Les huiles de massage à utiliser selon l'effet recherché
- Comment construire son massage selon l'effet recherché

Conditions d'accès

Professionnels du bien-être, de la santé et de l'esthétique

Programme

Cette formation est une introduction aux bases du massage facial. Elle vous permettra de découvrir les secrets ancestraux de la détente, de la revitalisation et de l'éclat de la peau.

Votre formatrice vous guidera à travers une série d'étapes essentielles pour maîtriser le massage facial.

Le massage du visage est une technique de soins de la peau aux multiples bienfaits, amélioration de la circulation sanguine et lymphatique, amélioration de l'élasticité et tonicité de la peau, relaxation musculaire, réduction du stress. Il est important de choisir les bonnes techniques et produits de massage pour maximiser les avantages et éviter les effets indésirables.

Programme :

- Notion de base anatomie visage, système lymphatique, circulatoire, le vieillissement cutané ! Indications et contre-indications.
- Les manœuvres de massage lymphatiques, anti rides, tonifiantes, relaxantes, galbantes
- Les huiles de massage à utiliser selon l'effet recherché
- Comment construire son massage selon l'effet recherché

Liège - Château Massart (FC)

Rue du Château Massart, 70 4000 Liège

04 229 84 60

Accueil :

Du lundi au vendredi : de 8h30 à 12h30 et de 13h15 à 20h

/

formation.continue@centreifapme.be

Type d' inscription

Par e-mail

Bon à savoir

Découvrez le catalogue complet des formations continues du Centre IFAPME Liège-Huy-Verviers sur notre site internet *(https://www.formation-continue.be/)* .

Pour toute demande d'information, notre service est joignable au 04/229.84.60 ou à l'adresse formation.continue@centreifapme.be.