



# Massage Jambes légères

Soins - Bien-être

Continue

**Durée**

7h

**Tranche d'âge**

18 à 25 ans

25 ans et +

**Finalité**

Attestation

**Pratique en entreprise / Alternance**

Non

**Métier en pénurie / Fonction critique**

Non

Le massage "jambes légères" est un des massages les plus appréciés chez les personnes qui souffrent d'inconforts circulatoires. Ce massage va stimuler le retour veineux et lymphatique pour diminuer la sensation de lourdeur.

Pour tous les professionnels dans le domaine des soins aux personnes et du bien-être.

A l'issue de la formation, les participants seront capables de:

Connaître les éléments théoriques qui sous-tendent la circulation de retour.

Connaître la physiologie du système lymphatique et veineux des membres inférieurs.

Situer les nœuds lymphatiques des membres inférieurs.

Connaître le sens de la circulation de retour.

Maîtriser les manœuvres et en comprendre le sens.



Réaliser ce massage dans les règles de l'art.

Installer la personne dans la position adéquate (position déclive).

---

## Programme

Théorie sur le système veineux et lymphatique.

Différence entre un massage circulatoire de confort et un drainage lymphatique manuel du secteur médical.

Les différentes manœuvres qui constituent le massage "jambes légères"

Mise en pratique du massage en binôme (donner-recevoir)





## Les Isnes - G2

Rue Saucin, 70 5032 Gembloux (Les Isnes)

081 72 84 05

**Secrétariat :**

Du lundi au jeudi : de 8h à 17h

Le vendredi : de 8h à 16h

/

[centre.gembloux@ifapme.be](mailto:centre.gembloux@ifapme.be)

### Type d'inscription

Formulaire d'inscription

Bon à savoir

Plus d'informations sur : [www.formatpme.be](http://formatpme.be) (<http://formatpme.be/>)

Pour toute demande de renseignements, nous vous invitons à contacter le secrétariat du Centre IFAPME de Gembloux par téléphone au 081/728 405 ou par mail à l'adresse suivante : [jennifer.henneuse@ifapme.be](mailto:jennifer.henneuse@ifapme.be)

