



PLAN DE FORMATION

DLMV

Drainage Lymphatique Manuel Vodder

*Activer la circulation lymphatique pour soulager, drainer et régénérer —
de la théorie du système lymphatique à la pratique thérapeutique.*

Public cible	Ce module fait partie du cursus de Naturopathie, dont il constitue l'une des spécialisations. Il s'adresse aussi : • aux personnes en reconversion professionnelle souhaitant se former au drainage lymphatique ; • aux thérapeutes et praticien·nes souhaitant élargir leurs techniques manuelles ; • à toute personne désireuse d'apprendre le drainage lymphatique manuel de type Vodder. <i>Pour faire reconnaître cette formation (par exemple par l'ASCA), 150 heures de formation en anatomie – physiologie – pathologie sont en principe requises – formation qui existe aussi à l'IFMV (APP I).</i>
Aperçu de la formation	Le drainage lymphatique manuel de type Vodder active le mouvement des liquides dans le système lymphatique. Bien pratiqué, il permet de diminuer la rétention d'eau, d'améliorer le nettoyage du corps et l'immunité, de détendre et diminuer la douleur, et d'accélérer la perte de poids. Le niveau II fait suite au niveau I : il reprend et approfondit les mouvements appris, avec un accent mis sur l'application thérapeutique.
Intervenant	Yan Braisaz, biologiste et naturopathe diplômé fédéral

Objectifs d'apprentissage généraux

- Comprendre le fonctionnement du système lymphatique et les principes du drainage manuel de type Vodder.
- Maîtriser les mouvements de base d'ouverture et de drainage pour chaque région du corps (cou, visage, abdomen, jambes, bras, dos, bas du dos, poitrine).
- Connaître les principales pathologies où le drainage lymphatique manuel est indiqué, et en connaître les effets.
- Maîtriser les mouvements thérapeutiques spécifiques et les détails techniques qui en améliorent l'efficacité.
- Savoir utiliser des compléments au drainage lymphatique en nutrition, aromathérapie et phytothérapie.
- Connaître le fonctionnement des œdèmes et leur traitement en drainage lymphatique manuel.

Conditions d'admission et pré-requis

Les participant·es suivent ou ont suivi :

- le cours d'Anatomie – Physiologie – Pathologies I (Cycle I) à l'IFMV ou dans une autre école reconnue ASCA ;
- pour le niveau II, avoir suivi le niveau I (Drainage lymphatique manuel I).

Aucune connaissance préalable n'est requise pour aborder le niveau I.

Diplôme et reconnaissance

L'évaluation prend la forme d'une évaluation pratique : un cas de pathologie est tiré au sort, et son étude donne lieu à la présentation d'une réflexion ainsi qu'à une démonstration, sous la forme d'un massage sur le segment du corps en relation avec la pathologie.

Le module peut être reconnu par toutes les écoles suisses et par les associations compétentes dans la matière, pour autant que l'apprenant·e puisse justifier d'un total de 150 heures de drainage (niveaux I et II réunis).

Attestation : les élèves qui ne souhaitent pas être évalué·es reçoivent une attestation de suivi de cours, qui ne donne droit à aucune reconnaissance.

Structure de la formation

Module de 150 heures au total (temps de présence en cours), réparti en deux blocs.

Bloc de formation	Durée
Bloc 1 – Drainage lymphatique manuel I	100 h
Bloc 2 – Drainage lymphatique manuel II	50 h
Total de la formation	150 h

Chaque niveau se compose d'heures de cours théorique et pratique, complétées par des heures de pratique surveillée puis certifiée (niveau I : 80 h + 10 h + 10 h ; niveau II : 40 h + 5 h + 5 h). L'évaluation pratique décrite ci-dessus a lieu à la fin de chaque niveau.

Programme détaillé

Bloc 1 — Drainage lymphatique manuel I 100 h

Contenu

- Théorie du fonctionnement du système lymphatique
- Démonstration des mouvements
- Apprentissage des ouvertures et du drainage du cou et de la nuque
- Apprentissage du drainage du visage
- Apprentissage du drainage de l'abdomen
- Apprentissage du drainage des jambes
- Apprentissage du drainage des bras
- Apprentissage du drainage du dos
- Apprentissage du drainage du bas du dos
- Apprentissage du drainage de la poitrine

Bloc 2 — Drainage lymphatique manuel II 50 h

Contenu

- Récapitulation de tous les protocoles vus dans le niveau I
- Exercices spécifiques supervisés
- Techniques spécifiques
- Utilisation thérapeutique

Méthodologie

Niveau I

- apports théoriques
- démonstrations
- exercices pratiques guidés
- exercices pratiques de manière autonome
- questions réponses / débats

Niveau II

- apports théoriques
- démonstrations
- exercices pratiques guidés
- exercices pratiques de manière autonome
- questions réponses / débats

Dans les deux niveaux, le ratio est de 20% théorie et 80% pratique. L'accent est mis sur les échanges et les interactions entre les apprenant·es.

Support de cours

brochure papier remis en début de formation ; aussi téléchargeable en ligne tout au long de la formation

L'IFMV se réserve le droit de modifier tout ou partie du présent document, en tout temps, et d'en adapter le contenu en fonction de l'évolution des directives et des règlements. Il n'a aucune obligation envers les personnes qui consultent le présent document.