

## Modelage facial

### Effleurages légers :

- du cou : transversal + sterno-cléido-mastoïdien
- du menton (pouce au dessus du menton et index en dessous du menton)
- des lèvres (pouce au dessus de la lèvre sup. et index entre la lèvre inf. et le menton, le pouce disparaît après la commissure labiale)
- avec le majeur : - pli naso-génien
  - ailes du nez
  - espace inter-sourcilier

>>>> 3 fois chaque manipulation

### Pianotages des joues

#### Pressions pointées :

- houppe du menton
- carré du menton
- triangulaire des lèvres
- pli naso-génien
- orbiculaires des lèvres (attention pas jusqu'aux commissures)
- zygomatiques (majeur+annulaire)
- orbiculaires des yeux (avec l'annulaire)
- masseter (majeur + annulaire)

>>>> 3 fois chaque manipulation

#### Pressions circulaires : mêmes endroits que pressions pointées + front

>>> 3fois chaque manipulation

#### Pincements en bec d'oiseau (de Jacquet) : (pouce + index)

Menton > oreille > commissures des lèvres > pattes d'oie

>>>> 3 fois

### Pincements en reptation (anti-rides) :

- Sur les rides du cou (entre index et pouce replié) :
    - de la base du cou jusqu'au milieu avec chaque main alternativement
    - D'un coté à l'autre du cou
    - au menton (double menton)
  - du contour du visage (avec tous les doigts, « pieuvre ») + effleurages
  - pli naso-génien (pouce + index replié)
  - orbiculaire des lèvres (pouce+index)
  - les sourcils (pincer les 2/3 puis lisser la totalité, pouce + index)
  - les rides de l'espace inter-sourcilier (avec les 2 majeurs)
  - les rides du front (avec les 2 majeurs)
  - profond des joues (éventail) + terminer en massant les pectoraux
- >>> 3 fois chaque manipulation

Effleurage profond du cou : sur le sterno-cléido-mastoiïdien + masser les pectoraux >>> 3 fois

Percussions (claques) : sur le contour du visage

Ventousages : du contour du visage >>> 3fois

Foulage (décollage de la peau du nez) >>>> 3fois

Effleurages des sourcils + vidanges des poches palpébrales (majeur+annulaire) >>> 3fois

Effleurages de l'orbiculaires des yeux (prière) : la 3<sup>ème</sup> fois effectuer les « 8 » sur les tempes

Effleurage profond du décolleté : masser les pectoraux

- Vibrations :
- sur le menton jusqu'aux oreilles
  - sur l'orbiculaire des lèvres (index au dessus des lèvres et majeur en dessous) jusqu'aux oreilles
  - sur le front : - avec le majeur entre le majeur et l'index de l'autre main)
    - 2mains posées l'une sur l'autre, celle du dessus qui vibre

>>> 3 fois chaque manipulation

Vidange de la veine jugulaire externe >>> 3fois

Vidange de la veine faciale >>> 3 fois

Effleurage final (voir comme au début)