



PLAN DE FORMATION MASSAGE FEMME ENCEINTE

Effectuer un massage à une femme enceinte n'est pas anodin. En effet, le corps et l'état psychologique de la personne sont bouleversés.
Ce massage permet de pallier à certains petits désagréments tels que les jambes lourdes, les maux de dos...
C'est aussi un moment privilégié que la future maman partage avec son bébé.
C'est un massage doux, lent et fluide, qui doit respecter au mieux les contraintes spécifiques à chaque femme.

OBJECTIF

- ✓ Réaliser un massage adapté aux femmes enceintes de 1h
- ✓ Savoir transposer ce massage aux personnes qui ne peuvent pas se positionner sur le ventre (s'adapter aux différents cas de figure)
- ✓ Savoir s'adapter en toute bienveillance à la personne qui reçoit le massage
- ✓ Apprendre un massage doux et relaxant

MATERIEL

- Matériel fourni par Harmony Formation pour toute la durée de formation :
Tout le matériel nécessaire pour l'action de formation (table de massage, huile, flacon)
- Matériel à apporter par le stagiaire :
1 petite + 2 grandes serviettes, Stylo pour prendre des notes

PUBLIC CONCERNE

Professionnels du bien-être, de la beauté et de la santé. Personne en reconversion.

PREREQUIS NECESSAIRE

Sous réserve de l'entretien préalable.

PROGRAMME DE FORMATION

Jour 1 matin :

Théorie :

Indications, préconisations, contre-indications au massage

Spécificités du massage prénatal

Public visé avec ce protocole

Les situations spécifiques

Pratique :

Face avant : les jambes (dessus, dessous)

Jour 1 après-midi :

Effectuer un massage en position latéralisée : Postures spécifiques du praticien et du receveur.

Travail du dos et des jambes, lissage, effleurage, pétrissage, travail spécifique de l'omoplate.

Jour 2 matin :

Questions / Réponses

Révision protocole en posture latéralisée.

Révision des jambes avant.

Jour 2 après-midi :

Apprentissage du protocole du buste + crânien

Apprentissage du protocole du dos : en position assise

Jour 3 matin :

Questions / Réponses

Révision des différents protocoles

Mise en situation selon le type de public et les différentes contraintes

Jour 3 après-midi :

Evaluation fin de formation : exécuter un protocole de massage relaxant de 1h

Bilan de fin de formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- ✓ Support de cours remis lors du stage
- ✓ Travaux pratiques donneur/receveur
- ✓ Fiche d'évaluation finale remise par le formateur
- ✓ Contrôle continu des connaissances
- ✓ Attestation de formation

DUREE : 3 jours – 21h

Horaire : 9h/17h avec 1h de pause déjeuner ; soit 7 heures par jour

TARIF : 525€

HARMONY FORMATION – Angéline Villemaux
3 chemin de l'attinerie 77515 La Celle sur Morin - Tél : 06 19 35 26 47 –
e-mail : harmonyformation@gmail.com - site : www.harmonyformationmassage.fr
SIRET 511892 689 00023 - Code NAF 8559A - Organisme de Formation n°11770493777