Rebozo post-partum : acupression et rituel de fermeture

Une jeune mère s'allonge au sol : vous savez la bercer, l'envelopper, la refermer, et elle se sent enfin contenue. En quatre jours, précédés de 4 h d'e-learning, vous apprenez le rebozo mexicain, le Pa-Khaw-Ma thaïlandais et le pagne africain : bercer, mobiliser, envelopper, serrer en sept points avec l'acupression, jusqu'au rituel de fermeture. Le quatrième jour, vous offrez le soin complet à une vraie jeune mère, sous le regard de la formatrice.

Objectifs : à l'issue de la formation, vous êtes capable de :

- Comprendre l'origine et la logique du travail avec tissus
- Utiliser les tissus pour soutenir, bercer et mobiliser le corps
- Réaliser des étirements et mobilisations douces en sécurité
- Conduire le rituel de fermeture : enveloppement, serrage en sept points, accueil du récit de naissance
- Adapter le soin à chaque jeune mère : césarienne, allaitement, fatigue
- Construire un soin complet avec les tissus dans un cadre professionnel

Durée : 32 h, soit 4 h d'e-learning avant la formation et 28 h en présentiel sur 4 jours (10 h – 18 h). Groupe de 4 à 8 personnes.

Méthodes et moyens : E-learning avec quiz, démonstrations commentées, pratique en binôme au sol avec corrections individuelles, soin réel auprès d'une jeune mère. Salle dédiée, tissus, coussins, support écrit, plateforme en ligne. Formatrice : Sarah Poplimont, fondatrice de l'École Maman & Moi.

Évaluation et validation : Quiz de sécurité avant le jour 1, soin complet observé sur grille le jour 4 auprès d'une vraie jeune mère, carnet de pratique. Émargement par demi-journée et suivi de la progression en e-learning. Questionnaire de satisfaction le dernier jour, puis à 3 mois. Attestation de fin de formation remise le dernier jour.

Accessibilité : référente handicap Sarah Poplimont. Chaque besoin d'aménagement est étudié avant l'inscription. La salle est sans accès adapté aux fauteuils roulants : une solution sur mesure est construite avec la personne concernée.

Formateur·rice(s) :

- Sarah Poplimont

Objectifs visés

- Comprendre l'origine et la logique du travail avec tissus
- Utiliser les tissus pour soutenir, bercer et mobiliser le corps

Méthodes d'évaluation

- Quiz

- Réaliser des étirements et mobilisations douces en sécurité
- Conduire le rituel de fermeture : enveloppement, serrage en sept points, accueil du récit de naissance
- Adapter le soin à chaque jeune mère : césarienne, allaitement, fatigue
- Construire un soin complet avec les tissus dans un cadre professionnel

- Cas pratique
- Jeu de rôle / Simulation

Déroulé pédagogique

Journée 1

- À distance – e-learning à suivre avant le premier jour en présentiel : les origines du rebozo et la transmission des sages-femmes mexicaines ; le Pa-Khaw-Ma thaïlandais et le pagne africain ; choisir ses tissus ; ce que dit la science et les mots justes ; proposer le soin. Quiz à réussir à 80 %.

Journée 2

- Accueil, intentions et ancrage. Le corps après la naissance : délais, césarienne, contre-indications, signes d'alerte. Prise en main des tissus : types, longueurs, prises, tension, hygiène
- Pause déjeuner
- Installer la jeune mère au sol : coussins, alignements, aide au relevé. Le champ de compétence et les règles de sécurité. Ergonomie de la praticienne au sol. Les bercements en binôme

Journée 3

- Ancrage du matin. Les enveloppements. Le serrage en sept points, avec une pression réglée sur le confort
- Pause déjeuner
- L'acupression qui accompagne le soin. Adapter le soin : césarienne, allaitement, fatigue. Pratique en binôme et corrections

Journée 4

- Ancrage du matin. Le rituel de fermeture : envelopper la mère des pieds à la tête, serrer, laisser le temps. Accueillir le récit de naissance : écouter, ne pas interpréter, savoir orienter
- Pause déjeuner

- Le Pa-Khaw-Ma et le pagne dans le soin. Le soin complet en binôme, de l'accueil à la fermeture

Journée 5

- Ancrage du matin et révision. Le soin complet auprès d'une vraie jeune mère
- Pause déjeuner
- Évaluation sur grille, partage d'expérience et cercle de clôture. Remise de l'attestation de fin de formation

Informations complémentaires

Durée : 32 heures de formation sur 5 jours

Pré-requis :

- Aucun diplôme exigé ; une expérience du toucher est un plus.

Public concerné : Cette formation s'adresse à : - praticiennes du massage bien-être, esthéticiennes et praticiennes de spa - doulas et accompagnantes périnatales - sages-femmes, infirmières, auxiliaires de puériculture - professionnelles de l'accompagnement des femmes

Tarif 1 125,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI) Tarif avec prise en charge par un financeur (OPCO, FAFCEA, FIF PL, AGEFICE, ANFH…). Formation exonérée de TVA : prix net. Comprend 4 h d'e-learning et 28 h de présentiel ; matériel et support écrit fournis.