Atelier massage prénatal en couple : transmettre les gestes du partenaire

Un couple attend son bébé : vous savez montrer un geste, le faire refaire, corriger avec douceur, et le partenaire trouve enfin sa place. En deux jours, précédés de 4 h d'e-learning, vous apprenez les gestes du partenaire et l'art de les transmettre : un massage de 15 à 20 minutes, des points d'acupression de confort, les bercements au rebozo. Le deuxième jour, vous animez votre premier atelier, sous le regard de la formatrice. Vous repartez avec deux formats prêts à proposer.

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

- Poser le cadre d'un atelier : confort pendant la grossesse, contre-indications, consentement
- Installer la femme enceinte en sécurité et guider la posture du partenaire
- Transmettre un protocole de massage de 15 à 20 minutes au partenaire
- Transmettre des points d'acupression de confort et connaître ceux que l'on évite
- Transmettre les bercements au rebozo et le serrage du bassin pour l'après-naissance
- Concevoir et animer un atelier avec un couple ou en groupe

Durée : 18 h, soit 4 h d'e-learning avant la formation et 14 h en présentiel sur 2 jours (10 h – 18 h). Groupe de 4 à 8 personnes.

Méthodes et moyens : E-learning avec quiz, démonstrations commentées, pratique en binôme avec corrections individuelles, atelier animé et observé. Salle dédiée, coussins, ballons, rebozos, support écrit, plateforme en ligne. Formatrice : Sarah Poplimont, fondatrice de l'École Maman & Moi.

Évaluation et validation : Quiz de sécurité avant le jour 1, atelier animé et observé sur grille le jour 2, 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

- Poser le cadre d'un atelier : confort pendant la grossesse, contre-indications, consentement

Méthodes d'évaluation

• Installer la femme enceinte en sécurité et guider la posture du partenaire • Transmettre un protocole de massage de 15 à 20 minutes au partenaire • Transmettre des points d'acupression de confort et connaître ceux que l'on évite • Transmettre les bercements au rebozo et le serrage du bassin pour l'après-naissance • Concevoir et animer un atelier avec un couple ou en groupe	• Quiz • Cas pratique • Jeu de rôle / Simulation

Déroulé pédagogique

Journée 1

- À distance – e-learning à suivre avant le premier jour en présentiel : le cadre (le confort pendant la grossesse, en complément du suivi de la sage-femme) ; l'histoire du rebozo, l'acupression et la médecine chinoise ; ce que dit la science et les mots justes ; exercer (lieux, matériel, assurance, tarif, partenariats). Quiz à réussir à 80 %.

Journée 2

- Ancrage et ouverture du groupe. Le corps de la femme enceinte pour le toucher : bassin, dos, jambes, positions. Contre-indications, signes d'alerte, questionnaire santé. L'installation : sur le côté, sur une chaise, sur un ballon, et la posture du partenaire
- Pause déjeuner
- Le protocole du partenaire, geste par geste : dos, nuque, épaules, mains, pieds. L'acupression : points de confort, points pour accompagner le travail, points à éviter. Pratique en binôme et corrections

Journée 3

- Ancrage du matin. Les bercements au rebozo pendant la grossesse : debout, à quatre pattes, sur le côté. Le serrage du bassin, montré au couple pour l'après-naissance. Transmettre à des adultes qui ne sont pas du métier : montrer, faire faire, corriger
- Pause déjeuner
- Deux formats : l'atelier de 1 h 30 avec un couple, l'atelier en groupe de 2 à 3 h. Chaque élève anime un atelier complet, les autres jouent les couples. Évaluation sur grille, lancer ses ateliers, clôture et remise de l'attestation

Informations complémentaires

Durée : 18 heures de formation sur 3 jours

Pré-requis :

- Aucun prérequis.

Public concerné : Cette formation s'adresse à : - praticiennes du massage bien-être, esthéticiennes - doulas et accompagnantes périnatales - personnes en reconversion dans l'accompagnement

Tarif 625,00 € 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 14 h de présentiel ; matériel et support écrit fournis.