



Formation « Massage post natal »

Programme détaillé

Formation Massage post natal animée par Emilie Arduini

Durée de la formation :

21 heures de formation en présentiel sur 4 jours

5 heures de pratique à effectuer à distance de la formation (vos pratiques seront évaluées durant la formation et grâce au livret « massage post natal » que vous aurez à remplir à chaque fin de séance de pratique, dans ce livret les jeunes mamans annoteront leur ressenti en fin de la séance, et vous noterez vos observations)

Nous accueillons les personnes en situation de handicap en formation sans discrimination afin de garantir l'égalité des droits et des chances de toute personne souhaitant se former auprès de nous. Si vous êtes concernés par le handicap, merci de nous contacter à formation@edpp.fr pour personnaliser votre accueil.


Les inscriptions sont ouvertes un an avant le début de la formation. Dates limites d'inscription, 1 mois avant le début de la formation, en fonction des places restantes.

La formation aura lieu à partir d'un nombre minimum de 8 inscriptions. Nombre de stagiaires par session : 10

Objectifs opérationnels :

Suite à cette formation vous pourrez :

- + Mener un entretien d'accueil avant un massage postnatal pour évaluer le besoin des jeunes mamans
- + Réaliser une séance de massage post natal d'une heure.

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	1
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

Cette formation ne permet pas :

+ De pratiquer des massages thérapeutiques aux jeunes mamans.

Objectifs de formation :

Acquérir des notions sur la physiologie de la femme en post-partum.

Connaître les bienfaits et contre-indications du massage postnatal.

Etre capable de proposer une ambiance propice à la relaxation.

Maîtriser l'entretien d'accueil de la jeune maman.

Connaître les postures d'installation de la maman.

Découvrir et maîtriser la nuance de différents touchers (profondeur/rythme).

Connaître et maîtriser les techniques du massage postnatal à l'huile inspiré de différentes techniques du monde.

Etre capable de proposer une variante du massage avec bébé présent pendant le massage.


Maîtriser un discours adapté aux différents interlocuteurs (professionnels ou particuliers) pour « vendre » son activité de masseuse/masseur postnatal

Public visé et prérequis

Public visé : Cette formation est adressée aux professionnels de la santé et de la petite enfance, ainsi que les particuliers, qui souhaitent pouvoir accompagner les jeunes mamans pour leur apporter du soutien par le toucher.


Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire. Cependant il est évident que le stagiaire doit être à l'aise avec le toucher (masser et se faire masser pendant la formation, en tenue confortable ou sous-vêtements).

2

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	2
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

Contenu de la formation

1. Acquérir des notions sur la physiologie de la femme en post-partum pour comprendre les enjeux du massage postnatal.
2. Connaître les bienfaits et contre-indications du massage postnatal afin de pouvoir accueillir les jeunes mamans dans de bonnes conditions et les orienter au besoin.
3. Connaître les produits à utiliser pour le massage postnatal, afin de rendre celui-ci agréable tout en respectant la peau de maman et en étant compatible avec l'allaitement.
4. Connaître les produits à utiliser pour le massage prénatal, afin de rendre celui-ci agréable tout en respectant la peau de maman et en étant compatible avec le fœtus car, les produits peuvent passer la barrière placentaire
5. Etre capable d'accueillir la maman dans un cadre sécurisant et lui apporter la sérénité qu'elle recherche pendant le massage.
6. Etre capable d'avoir une posture bienveillante et rassurante pour la jeune maman qui nous fait confiance..
7. Etre capable de proposer un questionnaire santé aux mamans afin de connaître leurs antécédents pour adapter le massage ou orienter en cas de besoin.
8. Etre capable de ressentir différents type de toucher (rythme/profondeur) et les maîtriser afin de répondre aux besoins de la jeune maman.
9. Etre capable de proposer une installation sécurisée et confortable pour la jeune maman seule ou avec son bébé.
10. Connaître et maîtriser les différents gestes du massage postnatal à l'huile inspiré de différentes techniques du monde.
11. Connaître le discours à proposer aux différents interlocuteurs pour proposer son activité de masseuse/masseur postnatal.

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	3
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre

Moyens pédagogiques : Apport théorique par la formatrice. Apport technique par la formatrice avec démonstration du massage post natal sur un stagiaire volontaire. Echanges de massages entre apprenants pour apprendre le massage post natal. Mise à disposition de table de massage, de coussins de confort. Mise à disposition de différentes huiles de massage. Jeux de rôle. Echanges de pratiques.

Moyens techniques : Vidéoprojecteur pour appuyer les apports théoriques. Mise à disposition du support théorique en ligne sur une plateforme sécurisée. Mise à disposition en ligne des références pour acheter son matériel. Livret pédagogique avec les gestes de massage remis aux stagiaires.

Moyens d'encadrement :


Emilie Arduini : La formatrice est infirmière depuis 2005. Elle a beaucoup pratiqué le toucher massage dans les soins pour lequel elle a été sensibilisée dans sa formation initiale. En 2018 elle s'est formée avec IFJS à différentes techniques de massages pour devenir praticienne en massage bien-être avec une spécialisée maman douceur (massage prénatal et massage bébé). Elle a décidé de se consacrer à l'accompagnement périnatal et se forme en 2019 chez TELP au portage physiologique et s'est perfectionné au portage avec les formations portage et prématurité, portage à bras du CNFPB. Elle a continué de se former aux techniques du massage bébé avec l'AFMB en 2020. Elle s'est également formée en 2020 chez Harmonysia pour accompagner les couples pour un accouchement « zen ». Elle est également formée à la communication gestuelle associée à la parole. Et plus récemment elle a suivi la formation sur l'allaitement et le bain enveloppé avec EDPP

Elle exerce en tant qu'autoentrepreneur à son cabinet et au domicile des parents depuis plusieurs années.

Elle intervient régulièrement auprès des communes (ccas...) pour rendre ses ateliers parents/enfants accessibles à tous.

Elle a à cœur de transmettre sa passion pour le plus grand plaisir des bébés. En tant qu'infirmière elle a toujours été amenée à encadrer et transmettre son savoir.

4

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	4
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

Déroulé de la formation

Jour 1 : de 9h00 à 17h30

Arrivée des stagiaires à 9h00. Accueil et installation

9h00 : Présentation des stagiaires et du formateur (tour de table). Création du contenu de la formation avec les stagiaires. Le programme est établi sur une structure de compétences de base commune à toutes les sessions de formation, mais le contenu sera adapté aux besoins des stagiaires.

10h00 : Présentation d'un diaporama Sur la physiologie de la femme en post-partum.

10h30 Présentation d'un diaporama sur les bienfaits et les contre-indications du massage postnatal. Présentation des produits à utiliser la posture du masseur et le matériel à prévoir et la séance type de massage.

11h00 Echauffements

11h15 Découverte, manipulation et installation des tables de massage.

11h30 Découverte d'un massage habillé sur table

12h00 Massage à l'huile : travail du dos/sacrum


-----13h pause déjeuner d'une heure-----

14h00 : Travail de dos : la colonne

15h00 : Travail du dos : les épaules et les bras

Une pause sera proposée à 16h00

16H00-17H00 Révision pour les deux groupes du dos

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	5
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

17h30 : Fin de la journée

Jour 2 : de 9h00 à 17h30

Arrivée des stagiaires à 9h00. Accueil et installation

9H Arrivée et installation des stagiaires

9h30 Météo du jour (ressenti de sa météo intérieure)

9h40 Echauffements

9H50 Travail du dos : Nuque et cuir chevelu

10H30 : Révision pour les deux groupes nuque et cuir chevelu

11H00 : Révision pour les deux groupes dos entier

12H00 Travail de la jambe cuisse et genou

13h00 PAUSE DEJEUNER

14H00 Travail de la jambe mollet et pied

15H00 Révision jambes groupe 1

15H30 Révision jambes groupe 2

16H00 Révision arrière du corps groupe 1 et 2

17h30 : Fin de la journée

Jour 3 : de 9h00 à 17h30


Arrivée des stagiaires à 9h00. Accueil et installation

9H Arrivée et installation des stagiaires

9H30 Météo du jour (ressenti de sa météo intérieure)

9H40 Echauffements

6

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	6
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

9H50 Travail des jambes face avant

10H30 Révision des jambes pour les deux groupes

11H00 Massage du ventre/poitrine/bras

12H00 Révision massage/Poitrine/Bras pour les deux groupes

12H30 Révision devant du corps entier groupe 1

13H00 PAUSE DEJEUNER

14H Révision devant du corps entier pour le groupe 2

14H30 Massage du visage

15H-17H00 Révision corps entier groupe 1 et 2

Le programme pourra être aménagé dans son contenu et/ou l'ordre de déroulement pour s'adapter aux spécificités des stagiaires présents à la formation.

Moyens permettant le suivi et l'appréciation des résultats


Suivi de l'exécution : Feuilles de présence signées des stagiaires et du formateur par demi-journée et attestation de présence individuelle

Appréciation des résultats : Des exercices pratiques et mise en situation auront lieu tout au long de la formation afin de suivre l'évolution et les apprentissages du stagiaire. Un livret sera rempli par le stagiaire et les futures maman pendant les 5 heures de pratiques à distance de la formation, puis corrigé par la formatrice. Ce livret sera mis à disposition des stagiaires sur leur espace en ligne, imprimé par leur soin et renvoyé à leur convenance par email ou voie postale.

Organisation et fonctionnement de la formation en résumé :

Durée totale de la formation : En présentiel : La formation se déroule en 3 journées de travail pour un total de 21 h.

Horaires : Les horaires sont de 9h00 à 13h-14h à 17h30

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	7
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024

Rythme : selon le lieu et la date de la session de formation, et afin de permettre au plus grand nombre de trouver une organisation qui lui convienne, la formation a lieu soit continu en semaine, soit en discontinu semaine + week end.


Nombre de places : groupe de 8 à 10 stagiaires selon la taille de la salle

Date limite d'inscription : un mois avant la première date en présentiel, en fonction des places encore disponibles.

Tarif : 470 euros en financement personnel, et 470 euros + 230 de frais de dossier et de suivi en financement par l'employeur, OPCO. Les formations ne sont actuellement pas éligibles au CPF. Nous n'acceptons actuellement pas les financements par pôle emploi

Mode d'organisation pédagogique : La formation a lieu en présentiel en inter-entreprise

Lieu de formation : La formation a lieu dans nos locaux ou dans des salles louées pour l'occasion

	CERTIFICATION QUALIOPI - Critère 1 - Indicateur 1	Page	8
		Version	2
	Formation massage post natal	Date de création	01/02/2022
		Date de révision	03/01/2024