

## Sens et Avenir-massages et formations

maison thiebaut, Id procojo  
20290 casamozza  
Email: lais.maldonado@hotmail.fr  
Tel: 0645483439

### Massage latéral/grossesse

*( le massage latéral, convient aussi parfaitement à toute personne souhaitant être massée différemment et toute personne dans l'incapacité de rester allongée sur le dos et le ventre de façon prolongée)*

*Les bienfaits du toucher pendant la grossesse:*

*Le toucher est le premier sens qui se développe dans le ventre d'une mère. Pendant 9 mois le bébé est touché à 100 % 24 heures sur 24!*

*La peau est le premier organe qui se développe et c'est elle qui devient la mémoire de notre corps la plus ancienne.*

*Le massage prénatal est très enveloppant et douillet. La future mère est cocoonée et enveloppée de mouvements doux et réguliers, de bercements, pétrissages et drainage adaptés à son état.*

*Le massage prénatal est aussi un massage pour le bébé! selon l'avancement de la grossesse, le bébé saura pleinement profiter de ce moment jusqu'à ,parfois, suivre le mouvement de vos mains sur le ventre!*

*Le massage prénatal proposé ici, est un travail de relaxation et de détente pour la maman et son bébé. Il va permettre d'harmoniser le corps et l'esprit, de réguler le système nerveux et tout simplement d'offrir à la femme enceinte une occasion de prendre du temps pour elle! Vous apprendrez également à accompagner la maman vers une connexion profonde avec son bébé.*

*Il a une action rassurante et régénérante, donne du tonus et de la vitalité diminuant la fatigue et la lassitude.*

*Il permet de s'approprier les nouvelles et belles formes rondes!*

*Après une séance prénatale une sensation de légèreté et de bien-être dans le corps apparaît.*

*Le corps devient un allié pour l'enfantement.*

*Le massage prénatal :*

*- diminue le stress, encourage la relaxation et facilite les différentes étapes de la grossesse par une approche nourrissante sur le plan physique et émotionnel*

# Sens et Avenir-massages et formations

maison thiebaut, Id procojo  
20290 casamozza  
Email: lais.maldonado@hotmail.fr  
Tel: 0645483439

- *soulage la fatigue mentale et physique*
- *diminue les œdème et la pression artérielle en stimulant la circulation sanguine et lymphatique*
- *favorise le sommeil*
- *aide la mère à développer une écoute fine de ses sensations physiques*
- *contribue à développer flexibilité et conscience corporelle nécessaires pour une participation active au moment de l'accouchement*
- *ralenti l'apparition des vergetures par l'hydratation régulière et l'assouplissement de la peau*
- *offre à la future maman beaucoup de bien-être et de plaisir à prendre soin d'elle!*

**Durée:** 16.00 heures (2.00 jours)

## Profils des stagiaires

- Professionnel(les) en esthétique ou en massage souhaitant développer leur savoir faire
- Particuliers souhaitant s'initier ou acquérir de nouvelles compétences

## Prérequis

- Pas de niveau minimum requis
- Maîtriser les bases du massage

## Objectifs pédagogiques

- Maîtriser un protocole complet de massage latéral, manœuvres et postures
- Acquérir ou développer de nouvelles connaissances en techniques de massage
- Etre capable de procurer détente et relaxation sur l'ensemble du corps
- Maîtriser l'effleurage du ventre en connection avec le bébé
- Comprendre la dimension relationnelle et savoir établir un lien juste et bienveillant avec le(la) client(e)
- Comprendre la notion d'intention et d'échanges énergétiques
- Savoir accueillir, accompagner et installer les clients(tes)
- Connaître les indications et contre-indications du massage latéral

## Contenu de la formation

- Jour 1-le matin: présentation, théorie
  - Qu'est ce que le toucher? Effets, conséquences, résultats attendus
  - Les origines du toucher, le besoin physiologique et psychique
  - Notions de vécus et tensions émotionnelles ancrées dans les tissus
  - Le bien-être du bébé in-utéro
  - importance de la respiration et du rythme (masseur/massé)
  - Comment choisir son huile de massage. différence entre huile minérale et végétale
- Jour 1-l'après midi: Pratique partie 1, face antérieure du corps, sur modèle ou binôme
  - Accompagnement de la maman vers une connexion profonde avec le bébé à travers des techniques de relaxation et visualisations.
  - Énumération et démonstration des manœuvres sur la face antérieure du corps
  - Mise en pratique par le(s) stagiaire(s) sur modèle ou binôme sous supervision, alternance des masseurs/massés
  - A la fin du jour 1, le stagiaire doit savoir enchaîner la première partie du massage
- Jour 2 -matin: Pratique partie 2, faces latérales du corps
  - Énumération et démonstration des manœuvres en posture latérale

# Sens et Avenir-massages et formations

maison thiebaut, Id procojo

20290 casamozza

Email: lais.maldonado@hotmail.fr

Tel: 0645483439

- Mise en pratique par le(s) stagiaire(s) sur modèle ou binôme sous supervision, alternance des masseurs/massés
- supervision et correction des gestes et des postures par la formatrice.
- Jour 2-l'après midi: Pratique du protocole complet,révisions, évaluations
  - Révisions du protocole complet du massage latéral
  - A la fin du jour 2 le stagiaire doit être capable d'enchaîner les manœuvres du protocole complet en maîtrisant l'aspect postural et respiratoire ainsi que la notion d'intention juste et bienveillante
  - Le stagiaire a appris et maîtrise l'ensemble des manœuvres suivantes: prise de contact, effleurages, pétrissages, lissages,
  - Remise des attestations, évaluation du stage par les stagiaires

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Formatrice: Maldonado Laïs

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Livret pédagogique (théorie et protocole) remis aux stagiaires
- Travail technique et pratique par groupe de 2
- Tables de massage,huiles
- Support visuel,planche anatomique plastifiée pour chaque stagiaire

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.