



## **FORMATION MASSAGE BÉBÉ**

**SHANTALA & OCCIDENTAL**

Niveau de difficulté : ① ② ③ ④ ⑤

Durée du protocole : Selon le désir de bébé 😊

---

<b><u>Module</u></b>	En groupe
<b><u>Durée de la formation</u></b>	14 heures sur 2 journées
<b><u>Tarif de la formation</u></b>	330 € en financement personnel. 570 € avec prise en charge (Opco - Pôle Emploi, etc.).

---

### « L'INSTANT D'AMOUR »

Comment résister à l'envie de masser son bébé ou de prodiguer un massage à un nouveau-né, si vous travaillez dans le milieu de la petite enfance ?

Le toucher est la première forme d'expression non-verbale, dont nous avons tous un besoin vital, et c'est encore plus vrai pour ce petit trésor qui vient de venir au monde.

Du ventre maternel, cocon chaud et rassurant, aux efforts inouïs fournis pour apparaître, il se retrouve, à sa naissance, dans un milieu inconnu où seules des mains caressantes et aimantes seront en mesure de le sécuriser.

À partir de sa naissance, bébé sera totalement dépendant de l'amour et de l'affection de son entourage alors, plus que jamais, il aura besoin des vôtres pour apprécier son nouvel espace de vie, pour concrétiser cette relation d'amour, pour apprendre à sentir son corps et prendre conscience de son individualité !

Dans ses tous premiers mois, bébé ne bouge que très peu et son système lymphatique a besoin d'être stimulé pour l'aider à éliminer ses toxines.

Le massage bébé est un instant de partage et de complicité qui, par ses mouvements passifs, va stimuler tous les systèmes de son petit corps, améliorer le développement musculaire et osseux, booster la motricité, apaiser la digestion, favoriser le sommeil et créer un lien inestimable.

Dans le cadre familial, le massage bébé pourra être fait, avec amour, par la maman ou le papa mais

aussi par tous les membres de la famille afin d'accentuer ce lien si précieux.

Dans le cadre professionnel, il pourra être fait, avec bienveillance, par le personnel médical, les sages-femmes (ou hommes), le personnel de crèche, les aides-maternelles, etc.

Vous avez, probablement, attendu des mois pour lui témoigner de votre attachement... c'est le moment où jamais de profiter de cet instant de bien-être et de complicité pour le regarder, lui parler, lui sourire et le caresser sans modération.

Vos regards, vos paroles, vos sourires et vos mains sont des atouts pour développer cet indéfectible lien d'attachement qui s'est créé depuis de si longs mois et qui va durer toute votre vie !

Durant cette formation, vous apprendrez les techniques sur un poupon et le protocole sera décliné en intégralité (massage de 15 à 20 minutes) selon 3 façons :

Ayurvédique Shantala,  
Occidental (de ma création),  
Massage express (ou partiel),

Un petit bonus des zones réflexes des pieds vous sera offert pour soulager les petits maux du quotidien.

**Un instant partagé en privé !**

**Rappel important :** Le terme « massage », ici utilisé, désigne des manœuvres de bien-être n'ayant aucune visée thérapeutique. Le massage de bien-être ne relève ni du champ de l'esthétique, ni du champ du massage thérapeutique tels que définis par le Code de la Santé Publique. Comme son nom l'indique, il cible le relâchement, la détente et la relaxation physique et psychique. Il ne se substitue, en aucun cas, à la pratique de la masso-kinésithérapie ou de l'ostéopathie.

---

### **Délais d'accès**

2 jours à compter de la réception de votre contrat d'inscription et du règlement de l'acompte sauf si la session est complète entre temps.

### **Objectifs**

- Démontrer la bonne acquisition des notions théoriques contenues dans la présentation théorique du **massage bébé**,
- Acquérir les connaissances, les postures, la gestuelle et les techniques pour réaliser une prestation massage de manière professionnelle et accomplir un **massage bébé**.

### **Prérequis**

Savoir lire, écrire, parler et comprendre la langue française.

### **Public concerné**

Tout public.

### **Durée de formation**

14 heures sur 2 jours - 7 heures de formation par jour.

### **Horaires de formation**

Accueil de 8 : 30 à 8 : 45.

Formation de 9 : 00 à 17 : 00 avec une coupure de 1 : 00 pour déjeuner.

Les horaires pourront être légèrement modifiés selon l'avancement de la pratique en groupe.

Des temps de pauses seront observés au cours du programme.

### **Lieu de formation**

18, Rue de la Camargue - 30 230 - BOUILLARGUES

### **Nombre de participant**

En groupe : de 2 à 8 stagiaires afin de prendre le temps de suivre chacun d'entre vous.

### **Accessibilité handicap**

S'il existe un besoin de compensation handicap, merci de nous contacter afin de trouver, ensemble, une solution adaptée.

### **Encadrement**

L'équipe de « **MA FORMATION ZEN** » vous guidera, vous conseillera et vous corrigera dans l'acquisition de vos nouvelles compétences et ce, tout le long de la session de formation.

### **Pédagogie**

Nos formations en présentiel sont basées sur une méthode active, participative et ludique afin de vous rendre acteur et actrice de votre apprentissage.

La partie théorique est axée sur une vérification de la bonne assimilation des notions dans la présentation ciblant les spécificités du protocole **massage bébé**.

Cette fraction théorique sera évaluée par un QCM pour vérifier la bonne intégration des informations reçues.

La partie Pratique est constituée de l'apprentissage des techniques, postures et gestuelles du protocole du **massage bébé** sur des poupons « New Born ».

Elle permet, à chaque stagiaire, d'exécuter des exercices concrets et de pratiquer le massage complet et ce, sous l'œil attentif, les conseils et les corrections de l'équipe de « **MA FORMATION ZEN** ».

Un support pédagogique détaillé (version papier) et ses annexes seront remis à chacun des stagiaires.  
Un tableau de réalisation de 10 pratiques personnelles, à remplir au fur et à mesure de vos prestations, est à nous adresser dès clôture.

### Evaluation

Après cet apprentissage expérientiel, l'acquisition des compétences sera évaluée par une épreuve pratique de mise en situation réelle.

Chaque stagiaire effectuera, intégralement et toujours sur poupon, le protocole du **massage bébé** pendant la durée du temps imparti à cette évaluation soumise à la grille de cotation définie par notre organisme de formations.

### Validation

La validation est réputée acquise la note de 14 sur 20 points à la partie pratique.

Une attestation de formation sera remise au stagiaire ayant validé l'acquisition de ces compétences.

En cas de non-validation, une date ultérieure de validation sera planifiée pour laisser un temps supplémentaire de pratique personnelle au stagiaire.

### Votre avis compte

Afin d'améliorer la qualité de nos prestations de formation, un questionnaire à chaud sera à remplir à la fin de la session de formation.

### Suivi post formation

Il est nécessaire de connaître vos ressentis et l'aisance acquise dans votre pratique personnelle.

Un questionnaire à froid vous sera donc mailé dans les 60 jours suivant votre formation.

Nous vous remercions de prendre le temps d'y répondre car il nous permet d'améliorer le contenu et l'animation de nos formations et de garantir le suivi de nos stagiaires.

Durant cette période, l'équipe de « **MA FORMATION ZEN** » est à votre écoute pour vous accompagner dans votre pratique et répondre à vos questions.

Une séance de révision peut-être programmée si nécessaire.

### Matériel à disposition

Tout le matériel nécessaire au bon déroulement de l'apprentissage (poupons, serviettes, huile végétale ou poudre, etc.) est mis à la disposition des stagiaires durant le temps de la formation.

Vous n'avez aucun matériel à apporter.

### Nécessaire à amener

- Tenue légère et confortable pour la pratique (style sport),
- Chaussons ou chaussettes,
- Repas froid ou chaud (micro-ondes) et votre bouteille d'eau,
- Par mesures d'hygiène et par amour pour bébé, le port du masque sera respecté mais votre sourire restera de rigueur ☺

### Conseillé :

- Avoir des ongles courts.
- Avoir un « chouchou » ou une barrette pour attacher les cheveux longs.

---

### Contre-indications pour les stagiaires :

**En cas de doute et avant de vous inscrire**, si vous répondez à une des pathologies suivantes, nous vous invitons à demander un avis médical et/ou une autorisation médicale à votre médecin traitant afin d'avoir l'assurance de pouvoir participer à cette formation.

*Grossesse ou suspicion de grossesse - être en période d'allaitement - problèmes cardiaque importants - cancer, tumeur, ou être en cours de traitement (chimio ou rayons) - douleurs dorsales importantes - hernie discale - blessures ligamentaires ou musculaires - maladies inflammatoires - douleurs abdominales - nausées - plaies ou cicatrices récentes - avoir été opéré depuis - de 6 mois - affections cutanées contagieuses - forte fièvre depuis 24 heures - infections bactériennes ou virales - Covid-19 ou VIH.*

---

*L'équipe de « **MA FORMATION ZEN** » ne saurait être tenue responsable de quelconques complications médicales pouvant survenir durant ou à l'issue de la formation.*

---

## Déroulement et Programme de la formation

Ces horaires pourront être légèrement modifiés selon votre avancement.

### RÉCEPTION - De 8 h 30 à 9 h 15 du jour 1.

- Accueil des stagiaires
- Partie administrative
- Présentation et collation de bienvenue.

### PARTIE THÉORIE - De 9 h 15 à 10 h 30 du jour 1.

- Présentation du **massage bébé** Ayurvédique, occidental et partiel,
- Ses origines, sa philosophie, ses bienfaits, ses contre-indications,
- Les huiles végétales utilisées dans ce protocole,
- QCM de vérification d'intégration des notions reçues dans la présentation.

### PARTIE PRATIQUE - De 10 h 45 du Jour 1 à 13 h 00 du Jour 2.

- Préparation des synergies et de l'espace de travail,
- Techniques de respiration, d'ancrage et de recentrage du praticien(ne),
- Démonstration et apprentissage des techniques de base par séquences,
- Démonstration et apprentissages des gestuelles et postures par séquences,
- Pratique sur poupon,
- Corrections par l'équipe de « MA FORMATION ZEN ».

### VALIDATION - De 14 h 00 à 16 h 30 du jour 2.

- Visualisation du protocole dans l'espace,
- Mise en situation réelle notée. Les stagiaires sont évalués par la pratique du protocole complet sur un poupon pour attester de l'acquisition des nouvelles compétences.

### AUTRE - De 16 h 40 à 17 h 00

- Feedback sur la session de formation,
- Remise des attestations de formation aux stagiaires ayant validé l'acquisition des compétences,
- Remplissage du questionnaire à froid.

Afin de garantir la qualité de notre enseignement, les formations sont effectuées en petit groupe et les places en sont limitées. Nous vous invitons à nous contacter afin de vous assurer qu'il reste des places disponibles sur les dates proposées. Pour tout renseignement, question ou élément complémentaire, vous pouvez nous contacter par mail ou par téléphone.

Au plaisir de vous recevoir 😊

Votre formatrice  
Véronique ESPEISSE SERVILLE