

## MASSAGE FEMME ENCEINTE

Tarif  
330 €

Durée  
2 jours (14h)

Effectif  
6 à 12 personnes

Lieu de formation  
Nîmes ou Grenoble

Dès le début de la grossesse, une femme enceinte voit son corps se modifier. Pour accompagner ces changements et ce bouleversement, le massage peut soulager les tensions physiques et apporter un réel bien-être. Un massage dure environ une heure et permet à la femme enceinte d'être dans une position confortable. Ce massage pourra soulager les douleurs et les tensions musculaires, aidant au sommeil et à la récupération.

### OBJECTIF

Acquérir les gestes et la posture pour masser une femme enceinte

### ETRE CAPABLE DE

- Apprendre le protocole complet pour masser une femme enceinte
- Choisir une huile de massage adaptée
- Relaxer une femme enceinte
- Prendre en compte les restrictions et contre-indications pendant la grossesse

### METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Explication de la procédure pas à pas
- Entraînement pour chaque partie du corps
- Révision du protocole complet avant l'évaluation de fin de formation

### MATERIELS

- Support de cours
- Kit pédagogique
- Table de massage et huile de massage

### PUBLIC

Toute personne désirant de se former au massage femme enceinte

### PREREQUIS

Pas de prérequis pour cette formation

### VALIDATION

Attestation de présence à la formation  
Certification de formation

### INTERVENANT FORMATEUR

Formateur – Praticien confirmé habilité UniMan

### PROGRAMME

L'environnement nécessaire à un bon massage  
Les bienfaits du massage pour la femme enceinte  
Contre-indications et restrictions du massage prénatal  
Choisir une huile ou crème de massage  
Protocole de massage par zone corporelle  
Mise en pratique du massage par zone  
Les bienfaits pour la maman et pour le bébé