



# FORMATION SOINS PRÉ ET POST NATALS

FORMATION PROFESSIONNELLE

(mis à jour le 06/11/2021)





Une formation professionnelle pour proposer aux futures et jeunes mères des séances de bien-être.

### **Formation globale sur 3 jours**

Accompagner les futures mères est un métier d'exception. Savoir les accompagner grâce au soin et à l'écoute est un programme unique en France.

LBDC Formations vous propose un programme complet pour prendre soin d'elles avant la naissance de leur enfant et après !

Ce programme se base sur des techniques ancestrales tirées de l'Ayurveda mais également des soins traditionnels mexicains.

Alternant théorie et pratique dans l'esprit du centre de formation LBDC Formations, ce stage se fait avec un groupe de 8 personnes maximum dans la bienveillance et le respect de chacun.

Pour le troisième jour, nous vous proposerons un stage pratique avec des futures mamans. (hors Covid : ce stage pratique est remplacé par des cas pratiques entre stagiaires).

## INFORMATIONS

**Prérequis :** aucun

**Objectifs - aptitudes - compétences :**

Accueil et valorisation de la femme dans son ensemble.

Comprendre et savoir pratiquer les soins ancestraux pré et postnatals sur les futures et jeunes mères selon les principes de l'Ayurvéda.

**Durée :** 21 heures de formation sur 3 jours.

**Délai d'accès :** à compter de la signature du devis, le délai moyen pour accéder à la formation est de 6 mois.

**Tarifs 2023 :**

En financement individuel : 700€ ttc

En financement associatif : 750€ ttc

En financement professionnel : 850€ ttc

**Méthodes mobilisées :**

Livrets pédagogiques fournis Vidéo projection

Formation directe

Mises en situation

Entraînement avec matériel pédagogique

**Modalités d'évaluations :**

- Dossiers de recherche et d'approfondissement (QCM + question « Aller plus loin »)

- Fiches de lecture

- Mise en pratique

**Accessibilité :**

En cas de situation de handicap, une étude de faisabilité est effectuée pour proposer une formation adaptée. Une salle répondant aux normes



# LE PROGRAMME

## JOUR 1

- Accueil des stagiaires. Présentation des formatrices, de la formation et des stagiaires.
- les massages pré-post natals dans le monde
- le massage pour les futures mamans
- Le choix de l'Ayurvéda
- Les Doshas
- Le massage selon les différentes phases de la grossesse
- Les bienfaits du massage pour les futures mamans
- Les bienfaits du massage pour le(s) bébé(s) à naître
- Technique de respiration et de relaxation
- Démonstration et pratique du massage (1) position assise

## JOUR 2

- Échauffement personnel et conditions physiques
- Le déroulé d'une séance massage future maman
- Le déroulé d'une séance massage jeune maman
- Le serrage du bassin
- Accueil de la future maman (en amont et en présentiel)
- L'écoute active
- Le bain de pied
- Démonstration et pratique du massage (1 et 2) position latérale + position assise
- Démonstration et pratique du massage (3) position face antérieure

L B D C

·centre de formation·

# LE PROGRAMME

## JOUR 3

- Pratique du massage complet
- Stage en présence de futures mamans (hors Covid)
- Point sur vos projets
- Développement marketing



# NOUS CONTACTER

Pour toutes demandes d'informations complémentaires, merci de prendre contact avec nous.

LBDC Formations  
40 Cours du Général de Gaulle  
33170 Gradignan

Siret : 750 866 105 00026  
n° de déclaration auprès du  
prefet de la Nouvelle Aquitaine :  
75331176433

 [www.lbdcformations.fr](http://www.lbdcformations.fr)

 06.35.29.64.42

 [contact@lbdcformations.fr](mailto:contact@lbdcformations.fr)

 LBDC - Centre de formations

 @camille\_lbdcformations  
@lbdcformations

