BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n°93.06.08454.06**
Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

PERFECTIONNEMENT MASSAGE PRÉNATAL

Date de mise à jour document : le 02/11/26



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Destiné aux praticiennes ayant suivi le Massage Prénatal – Niveau 1, ce module de deux jours affine la qualité du toucher, enrichit le protocole (étirements, bercements, nouvelles installations) et apprend à personnaliser chaque séance selon la morphologie, le terme de la grossesse et les besoins de la cliente.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Approfondir les techniques manuelles spécifiques au massage prénatal
- Enrichir sa technique : nouvelles manœuvres, étirements, bercements
- Affiner pression, fluidité et rythme selon la morphologie et le terme
- Personnaliser la séance et adapter le protocole à chaque situation
- Développer la qualité du toucher, de l'écoute et de la présence
- Perfectionner les installations pour le confort de la cliente
- Développer une gestuelle plus fluide, précise et enveloppante
- Améliorer sa posture pour préserver son confort et celui de la cliente

Public	Tarif	Durée	Lieu
Niveau 1 validé	Nous consulter	16 heures soit 2 jours de formation de 8 heures	11 ch. de la Destourbe 06800 Cagnes-sur-Mer

PRÉ-REQUIS

Avoir effectué la formation Massage Prénatal – Niveau 1 ou une formation équivalente en massage prénatal (sur présentation d'un justificatif). Une pratique régulière du massage prénatal est recommandée afin de tirer pleinement profit de ce module.

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

La formation est dispensée en présentiel et repose sur une pédagogie progressive, interactive et axée sur la pratique. Elle alterne :

- apports théoriques,
- démonstrations réalisées par la formatrice,
- mises en pratique encadrées,
- échanges et analyses des ressentis.

Chaque participante reçoit un support pédagogique complet comprenant :

- le livret de la formation,
- des outils d'accompagnement pour faciliter la pratique et la révision après la formation.

Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie, démonstrations et pratique
- Support de cours théorique et pratique
- Travail en binôme ou sur modèle
- Sessions limitées à 4 stagiaires maximum afin de favoriser les corrections individualisées
- Analyse des pratiques et retour d'expérience des stagiaires
- Démonstration et perfectionnement des différentes manœuvres
- Travail spécifique sur la pression, la fluidité, le rythme et les transitions
- Exercices permettant de développer la qualité du toucher et de la présence
- Mises en situation pour apprendre à adapter le massage aux besoins de chaque cliente
- Corrections individualisées de la posture et de la gestuelle
- Débriefings, échanges et questions / réponses
- Feedback individualisé

MOYENS HUMAINS

Une formatrice de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.

Mme Adeline Lloret, esthéticienne et certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être.

BEATITUDE FORMATION

MOYENS HUMAINS

Une formatrice de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.
Béatrice SICSIC, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bienêtre à la FFMBE, formatrice spécialisée dans l'anti-âge, minceur et bien être avec une approche psychocorporelle.

ACCÈS À LA FORMATION

Retrouver les informations CONTACT | Béatitude Formation | 06

DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

À planifier avec le formateur, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire.
À compter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- 1 drap-housse une personne
- 1 grande serviette
- 1 plaid
- votre huile de massage, uniquement en cas d'allergie ou de besoin spécifique
- une tenue confortable
- des sous-vêtements confortables

BEATITUDE FORMATION

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 10h15
Présentation et retour d'expérience
- Présentation des participantes
- Retour sur la pratique depuis le Niveau 1
- Échanges autour des expériences rencontrées avec les clientes
- Identification des difficultés techniques rencontrées
- Définition des objectifs individuels de perfectionnement

10h15 – 11h00
Approfondissement théorique
- Rappel des principes fondamentaux du massage prénatal
- Identifier les besoins de la cliente ; adapter le massage à la morphologie, au stade de la grossesse et à son confort
- Savoir reconnaître les zones à privilégier
- Adapter la durée consacrée aux différentes parties du corps
- Les différentes installations : assise, semi-assise, position latérale
- La place de l'écoute et du consentement dans la personnalisation du massage

11h00 – 12h30
Pratique : perfectionnement du toucher et des manœuvres
- Travail de la pression, de la fluidité et du rythme
- Utilisation du poids du corps
- Amélioration des transitions et continuité du contact
- Adaptation des manœuvres
- Correction des postures et de la gestuelle

12h30 – 13h30
REPAS

13h30 – 18h00
Pratique : approfondissement du massage prénatal en latéral
- Perfectionnement du massage selon les différentes zones du corps
- Travail des transitions entre les différentes zones
- Adaptation de la pression et du rythme selon les besoins de la cliente
- Intégration d'étirements et de bercements
- Recherche d'un toucher plus enveloppant, précis et fluide
- Démonstrations, exercices pratiques et corrections individualisées

18h00 – 18h30
Fin de la première journée
- Vérification des acquis
- Retour sur les difficultés rencontrées et les ressentis des stagiaires
- Échanges, questions / réponses

BEATITUDE FORMATION

JOUR 2

9h30 – 10h00
Retour sur les acquis de la veille

10h00 – 12h30
Pratique : les autres façons de masser une femme enceinte
- Masser sa cliente en position assise
- Masser sa cliente en position semi-assise
- Masser sa cliente installée sur un ballon de grossesse (Swiss-ball)

12h30 – 13h30
REPAS

13h30 – 15h00
Pratique (suite) : choisir et adapter l'installation
- Choisir la ou les positions les plus adaptées à sa cliente
- Pratique en duo ou sur modèle

Corrections individualisées des manœuvres, de la pression, de la posture, de la fluidité et de la qualité du toucher

15h00 – 18h00
Évaluation pratique : réalisation d'un massage personnalisé d'1h00
À partir de différentes situations de clientes, chaque stagiaire devra :
- Accueillir sa cliente et recueillir ses besoins et attentes
- Proposer une installation adaptée et construire sa séance
- Adapter les techniques, maîtriser sa pression et son rythme
- Maintenir une gestuelle fluide et des transitions harmonieuses
- Développer une qualité de présence et terminer la séance de manière adaptée

18h00 – 18h30
Bilan et clôture de la formation
- Retour sur les acquis, échanges et questions / réponses
- Feedback des stagiaires et questionnaire de satisfaction
- Remise des attestations de formation

BEATITUDE FORMATION

SUIVI DE L'ACTION

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Attestation de formation délivrée en fin de stage sous réserve de réussite à l'évaluation finale (en cas de non-validation, une nouvelle évaluation pourra être organisée ultérieurement)
- Suivi des stagiaires après la formation

ÉVALUATION DE L'ACTION

Avant la formation :
Un questionnaire d'entrée est mis en place pour mettre en place les objectifs ainsi que le niveau de chaque stagiaire.

Pendant et après la formation :

- Évaluation des acquis tout au long de la formation par observation et mise en pratique
- Exercices pratiques d'adaptation et de personnalisation du massage
- Évaluation pratique finale : réalisation d'un massage prénatal personnalisé d'1h00 (grille d'évaluation)
- Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

CONTACT

Mme Béatrice SICSIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33
Adresse : 11 Chemin de la Destourbe, 06800 CAGNES-SUR-MER

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations diplômantes Master :
Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen.
Par le jury, lors de l'examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massages, examen portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique).
Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'un certificat de réalisation « Praticien de massages bien-être ».

Le massage proposé vise au bien-être, à la détente et à l'harmonie du corps et de l'esprit. Il ne peut en aucun cas remplacer un massage médical ou un suivi médical.

BEATITUDE FORMATION