

Massage et Relaxation de la femme Enceinte *agrée FFMBE*

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Connaître et Réaliser les protocoles de MBE de la Femme Enceinte
- Construire des séances de bases de relaxation
- Identifier et Connaître la physiologie du stress
- Connaître la physiologie des émotions de la femme enceinte
- Identifier et connaître la physiologie respiratoire
- Connaître et appliquer les principes de l'éducation respiratoire et de relaxation
- Connaître les bienfaits et les contre-indications du Massage Femme Enceinte

DEROULE DE LA FORMATION

- **Le contenu**

- Les Techniques de base de relaxation : travail du « Souffle » - Education respiratoire
- Les Bienfaits du Toucher
- Les différents protocoles de massage-bien-être de la femme enceinte.
- Rédiger des séances de visualisation courtes.
- Acquérir un protocole complet et modulable en séances courtes.
- Définition de l'accompagnement de la Femme Enceinte
- Eléments anatomiques, physiologiques , psychologiques nécessaires à la pratique du massage-bien-être de la femme enceinte.
- Ergonomie de la posture du praticien
- Ethique et limite de cet accompagnement.
- Les indications, les contre-indications, les précautions.

- **Les méthodes :**

Travail en groupe
Apprentissage en binôme
Jeux de rôle
Exposé

- **L'évaluation :**

Evaluation située
Evaluation pratique : rédiger et animer
2 séances de relaxation
Réaliser un massage complet

- **En pratique:**

Semaine (35h)
Pré-requis : être professionnel des secteurs médicaux, sanitaire et sociaux.
être PMBE