



**Zen Attitude**  
Formations



# MASSAGE HARMONIE PRENATALE

## ACCOMPAGNER LA FEMME ENCEINTE DANS UNE BULLE DE DOUCEUR ET DE LIEN

Cette formation vous enseigne un **massage spécialement conçu pour la femme enceinte**, favorisant la détente, le soulagement des tensions, et surtout la **connexion profonde entre la mère et son bébé**.

Basé sur une approche douce, enveloppante et respectueuse des besoins physiologiques et émotionnels de la grossesse, ce massage inclut également la **participation active du futur papa**, pour renforcer le **lien familial et le bien-être du couple** durant cette période unique.

Une formation profondément humaine, pour soutenir la **naissance du lien**, dans le respect du corps, du rythme et des émotions de chacun.



### ☞ Moyens pédagogiques et Méthode :

- PowerPoint
- Livret pédagogique
- Exercices pratique et mises en situation
- Entrainement pour les débutants

### ☞ Mise à disposition du matériel

### ☞ Modalités d'évaluation :

- Entretien et auto-évaluation en amont de la formation
- Exercices pratiques et mises en situation pendant la formation
- QCM et évaluation pratique en fin de formation
- Massages d'entraînement pour les débutants après la formation

☞ **Tarif de la formation :** Particulier : **460 €\*** ; Professionnel - Prise en charge à 100% (pas de CPF) : **700€\*** ; Entreprises et établissements médicaux : **nous consulter**

☞ **Horaires des jours de formations :** Les horaires peuvent varier selon la session choisie (voir calendrier)

☞ **Lieu des formations :** 4, rue Saint André 30210 REMOULINS ou en entreprise

☞ **Dates de formation et modalités d'accès :** Voir calendrier et CGV

☞ **Handicap :** Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Il faudra cependant préciser la nature de celui-ci lors de votre inscription afin de nous permettre d'adapter la formation à votre situation.

☞ **Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation**

☞ **CV formateur disponible sur [www.zen-attitude-formations.com](http://www.zen-attitude-formations.com)**

**Les + de cette technique en milieu hospitalier :**

- ✓ Soutien physique et émotionnel à la grossesse
- ✓ Stimulation du lien mère-enfant in utero
- ✓ Implication bienveillante du partenaire (papa ou autre co-parent)
- ✓ Pratique douce et sécurisée

☞ **Durée :** 2 jours/12 heures

☞ **Objectifs :**

- Apprendre un protocole de massage adapté à la grossesse
- Créer un **espace d'écoute et de bien-être**
- Intégrer le papa dans une approche de **soutien affectif et corporel**
- Comprendre les **adaptations posturales et contre-indications** liées à la grossesse
- Connaître les **bases de l'anatomie, les étapes et les changements de la grossesse**

☞ **Pour qui ?**

- Praticiens en massage bien-être
- Accompagnants périnatalité, doulas, sages-femmes, ostéopathes
- **Prérequis demandés :**  
Avoir suivi au moins 1 formation massage corps à l'huile

\* Voir Conditions Générales de Vente sur [www.zen-attitude-formations.com](http://www.zen-attitude-formations.com)

\*\* Nouveaux indicateurs disponibles en 2027