



Le Massage Prénatal Au Pays des Merveilles

Informations
sur la Formation Complète
pour apprendre à masser les
futures Mamans

BY AURÉLIE CACHEN

Puéricultrice indépendante Au Pays des
Merveilles, créatrice de la Formation Sommeilleuse



Le Massage Prénatal APDM

Parce qu'il ne suffit pas d'apprendre des mouvements et à les répéter de manière mécanique, ici vous apprendrez :

- à personnaliser vos massages,
- à soulager certains maux de grossesse,
- à comprendre les causes de probables douleurs,
- à faire le lien entre la grossesse, l'anatomie du corps humain et les gestes de massage.

Les Massages Prénataux ne devraient jamais être automatiques.

L'anamnèse au préalable, les indications et contre-indications de certains sont primordiales.



LE MASSAGE PRÉNATAL APDM

Focus sur la Prestation et ses aboutissants

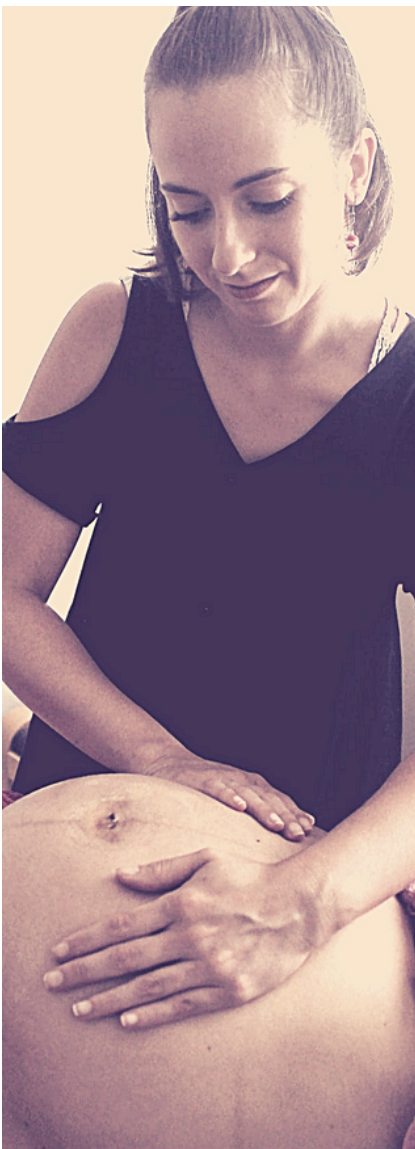
Le Déroulement d'un Massage Prénatal Au Pays des Merveilles

La Prestation dans sa globalité dure environ 1h15 (elle ne comprend pas l'installation et le rangement du matériel lorsque vous êtes au domicile des futures mamans).

Il faut toujours débiter par un entretien personnalisé : faire verbaliser le ressenti depuis le début de la grossesse et mettre en avant les possibles douleurs ou besoins (lâcher prise, rétention d'eau, douleurs dorsales etc..).

Débute ensuite le Massage (en position dorsale ou sur le côté si Maman ne peut pas rester sur le dos) : le corps entier peut-être fait, sans oublier de personnaliser si Maman n'apprécie pas certaines parties du corps ou s'il faut accentuer sur tel ou tel endroit.

A la fin du Massage, laisser le temps à la Maman de reprendre ses esprits et toujours être à ses côtés pour éviter les chutes ou les vertiges.



Les différents objectifs d'un Massage Prénatal Au Pays des Merveilles

- Soulagement de douleurs localisées type sciatique, douleurs aux omoplates etc...
- Lâcher prise maternel souvent difficile durant une grossesse par un temps pour soi
- Rôle d'information tout au long de l'entretien et post-prestation si besoin
- Rôle de réajustement face aux habitudes engendrant des problématiques spécifiques (rétention ou trouble circulatoire par exemple).
- Faciliter les relations de couple avec un massage à 4 mains avec papa (à la demande)
- Soutien et "personne ressource" dès la grossesse si les parents en ressentent le besoin une fois que bébé est là.
- Réassurance sur la grossesse et la future parentalité

L'importance de la personnalisation du Massage

- ✓ Ne pas systématiser les mouvements pour faire ressentir à Maman que vous personnalisez le Massage en fonction de ses besoins.
 - ✓ Parfois des personnes n'aiment pas que l'on touche certaines parties du corps (notamment pendant la grossesse) ou préfèrent qu'on se focalise sur une ou des problématiques en particulier.
-

LE MASSAGE PRÉNATAL APDM

Focus sur la Formation

1. La Formation Massage Prénatal APDM est accessible aux professionnels périnataux ou paramédicaux ainsi qu'aux professionnels de l'esthétisme et du soin bien-être. Des notions sur l'anatomie en lien avec la femme enceinte seront apportés afin de pouvoir exercer la pratique en présentiel avec un maximum de connaissances et de mise en lien.
2. Chaque session a un nombre limité de futures "Masseuses" au nombre de 3 maximum et 2 minimum pour permettre un échange d'expérience entre professionnel(le)s tout en gardant la possibilité d'une personnalisation et d'accompagnement individualisé.
3. Une pratique des mouvements sur femme enceinte sera proposé à chaque session à la fin de la formation (minimum 2 futures mamans) et les futures masseuses s'exerceront également entre elles au début de la formation.



*700€ DONT
ACOMPTE 150€*

*Payable en plusieurs fois
si nécessaire (à voir au
cas par cas).*

La Formation et son organisation

Les journées de Formation se font uniquement en Présentiel sur Béguey (33410) sur trois jours consécutifs pour la pratique.

La richesse des échanges, du partage, les liens qui se créent entre les participantes sont facilités par cette proximité et cette Rencontre en "réel".

Un groupe WhatsApp par Session est créé en amont afin de faciliter le covoiturage, le partage d'hébergement etc....

Deux à trois semaines avant le début de la "pratique", vous recevrez un complément d'informations concernant l'aspect logistique et organisationnel de votre session.

Les dates 2025 ainsi que les inscriptions sont ouvertes depuis Janvier 2025 via mail ou le site internet.

La pratique des Massages Prénataux peut donc se faire dans le cadre d'une activité salariée (en institut par exemple) ou en entreprenariat (en prenant en compte les aspects législatifs et juridiques telles que les assurances, les déclarations etc...).

Le règlement de la formation peut s'effectuer de manière personnelle ou par un employeur avec l'envoi d'un devis si nécessaire.



La Team des Masseuses APDM

La richesse de cette Formation réside en de nombreux points :

- Non seulement dans son côté complet du point de vue théorique et pratique
- La possibilité de personnalisation des massages
- La variété des diplômes professionnels au sein des différentes sessions
- Mais elle prend tout son sens dans l'établissement d'un lien fort entre les différentes Masseuses des différentes sessions.

Tout un réseau d'entraide, de partage, de bienveillance autour du Massage Prénatal.



Intéressé(e) par cette Formation ?

Contactez-moi !

N'hésitez pas à demander votre dossier d'inscription pour avoir la possibilité de devenir une future Masseuse Au Pays des Merveilles !

