

## DESCRIPTION DU MASSAGE BIEN-ÊTRE FEMME ENCEINTE

Le massage femme enceinte est une véritable source de détente, il offre à la future maman un moyen de vivre avec sérénité sa grossesse tout en relaxant bébé. Il permet de soulager le corps en procurant à celui-ci les moyens de faire face aux bouleversements physiques, hormonaux et émotifs dus à la grossesse. Ce massage permet également d'amener la femme enceinte à prendre conscience de l'importance du toucher et du contact corporel pour elle-même mais aussi pour son futur enfant. Le fœtus ressentira également les effets bénéfiques du massage, il entend les sons et ressent les mouvements. En améliorant la circulation sanguine de maman, le massage augmente aussi la quantité de nutriments et d'oxygène pour bébé. Le massage se fait à partir du 4ème mois de grossesse et jusqu'à la fin du 8ème mois de grossesse.

Au cours de cette formation, vous apprendrez, séquence par séquence, un protocole de massage complet de 1h.

## LES BIENFAITS

Il permet de soulager les douleurs de dos, musculaires, sciatiques, d'articulations et l'effet jambes lourdes. Le massage procure également détente, amélioration du sommeil, régulation hormonale et renforce l'énergie. Il est préférable de demander l'accord du médecin ou de la sage-femme avant le massage.

## LES POINTS FORTS DE LA FORMATION

- Formation certifiante reconnue par le label qualité de formation professionnel l'Etat : QUALIOPI
- Formatrice avec une solide expérience en massage dans différents Hôtel Spa 4 et 5 étoiles
- Pas de date fixe en groupe pour faire votre formation, pas de diplôme minimum pré-requis
- Une formation à suivre depuis chez vous, en individuel, vous n'avez pas besoin de vous déplacer
- Possibilité de concilier son travail avec la formation et vous travaillez à votre rythme, la formation s'adapte à vous
- Des heures aménagées si vous avez des impératifs
- Un contenu riche en informations et enseignements, sérieux et complet
- Un support de cours, chaque manœuvre est détaillé comme si vous étiez sur place
- Matériel à disposition, table, huile, serviette, sous-matelas chauffant, cousins, produits nettoyant...
- Une Attestation de suivi de formation sera remise à l'issue de la réussite de l'évaluation (si votre protocole ne s'avérait pas satisfaisant, vous avez la possibilité de repasser l'épreuve gratuitement)
- Des ressources pédagogiques à disposition
- Suite à la formation vous vous entraînez afin de vous approprier le protocole en toute confiance (distribution d'un tableau d'entraînement)
- Vous recevez votre certificat de Praticien(ne) en Massage Bien-être à l'issue du tableau d'entraînement
- Disponibilité de la formatrice, même après la formation
- Si vous décidez d'approfondir votre pratique, vous bénéficiez un tarif préférentiel sur les prochaines formations

## STATISTIQUE DE LA FORMATION

Ces statistiques ont été réalisées sur la base de 36 formations entre août 2020 et août 2025 :

- La formation a-t-elle correspondu à vos attentes et vos objectifs ? : **Oui à 100%**
- Recommanderiez-vous les formations de Les Voyages de Malie ? : **Oui à 100%**
- Que pensez-vous du niveau des formations ? : **10/10 à 100%**