

---

13 RUE J.J Rousseau  
30100 Alès  
Tel : 0950532387  
Numéro de Siret : 51531162900015  
Enregistré sous le n°76300416430 cet enregistrement  
ne vaut pas agrément de l'état  
Organisme non assujetti à la TVA

## Programme détaillé de formation :

6  
Stagiaires  
max/  
session

### **Massage bien-être femme enceinte (durée : 2 jours soit 14heures)**

**Public concerné :** Esthéticiens(nes), de coiffeurs(ses), de personnes ayant un projet de création d'entreprise dans le massage Bien-être ou en situation d'activité professionnelle en relation avec le domaine de l'esthétique.

**Pré-requis :** Etre majeur (ou autorisation parentale pour les mineurs de plus de 16 ans), maîtriser l'expression orale et écrite.

**Moyens pédagogiques:** Table, Huile, grille d'évaluation, grille de suivi, test de connaissance, livret pédagogique remis en début de formation et attestation remise à la fin de la formation.

#### **Objectifs pédagogiques :**

Maîtriser le massage bien-être Femme enceinte et ses notions théoriques.  
Maîtriser les indications et contres indications du massage bien-être Femme enceinte.  
Adapter la pression, la régularité, la posture à la morphologie du client.

**Formatrice :** Unica Sabrina, CAP Esthétique cosmétique vente conseil, Formations massages, praticienne expérimentée.

#### **Formation en présentielle**

##### **JOUR 1 :**

Matin (9H00-12H00) :

##### **- Théorie et Pratique :**

\*Présentation du massage, l'historique et la découverte des particularités du massage.

---

13 RUE J.J Rousseau  
30100 Alès  
Tel : 0950532387  
Numéro de Siret : 51531162900015  
Enregistré sous le n°76300416430 cet enregistrement  
ne vaut pas agrément de l'état  
Organisme non assujetti à la TVA

- \* Indications et contre-indications du massage.
- \* Les différentes manœuvres : effleurages, pressions, posturologie du massé...
- \* Test de connaissances sur la partie théorique.
- \* Démonstration du massage Bien-être femme enceinte réalisé par la formatrice.

Après-midi (13h00-17h00) :

**- Pratique :**

- \* Apprentissage des différentes manœuvres du massage en binôme.

**JOUR 2 :**

Matin (9h00-12h00) :

**- Pratique :**

- \* Apprentissage des manœuvres réalisées le jour 1.

Après-midi (13h00-17h00) :

**- Pratique :**

- \* Mise en situation professionnelle (Accueil, Massage, Prise de congés).

**Grille d'évaluation et Remise de l'attestation de formation.**