



## GRAINE DE MASSAGE

PROGRAMME DE FORMATION

# MASSAGE POSTNATAL



CENTRE DE FORMATION PROFESSIONNELLE AGREE 11 9107030

2 place Liedekerke Beaufort- 91250 Tigery  
RCS 5305974000015



2 place Liedekerke Beaufort - 91250 Tigery

[www.grainedemassage.com](http://www.grainedemassage.com)



[info@grainedemassage.com](mailto:info@grainedemassage.com)

@grainedemassage



# Graine de massage

Graine de Massage propose des formations pour l'accompagnement autour :

de la parentalité,  
du développement moteur, affectif, émotionnel du bébé  
autour du bien-être du bébé, de l'enfant de ses parents.

Nos formations permettent :  
L'animation d'ateliers parent/bébé/enfant afin de renforcer les liens parentaux, permettre à chacun de trouver sa place au sein de la famille, développer la confiance, l'estime de soi en tant que parent.

,Des formations pour vos structures (crèche, halte-garderie, multi-accueil) afin de proposer des temps de détente, de yoga et de relaxation grâce à une approche plus globale du corps, et répondre de manière individuelle au besoin de chacun.

Des formations pour l'accompagnement de la femme durant sa grossesse par un protocole de massage bien-être adapté et le soutien, l'accompagnement de l'entourage dans l'arrivée et l'accueil du bébé.

**Notre centre est agréé par le préfet d'Ile de France et est enregistré sous le numéro 11 9107030 .**

**Il bénéficie du label qualité "pôle emploi" et a rempli les critères qualité du datadock (opca) ce qui vous permet une prise en charge professionnelle si besoin)**



De nombreux professionnels de la santé et de la petite-enfance, mais également en reconversion professionnelle, nous ont fait confiance :

- \* \* Centre Hospitalier de Nouméa
- \* \* Crèche les p'tits bouchons au Luxembourg
- \* \* Clinique du Mousseau d'Evry
- \* \* Maternité de Cambrai
- \* \* Halte-Garderie « Les marmousets » de Cléon
- \* \* Clinique Caron d'Athis-Mons
- \* \* Service de Néonatal. De Beauvais
- \* \* Centre Hospitalier de Niort
- \* \* Centre Hospitalier Robert Debré
- \* \* Centre Hospitalier Charcot
- \*\* Centre Hospitalier du Sud Francilien
- \*\* Conseil général de la Marne
- \* \* Crèche « Haut comme 3 pommes »
- \* \* Centre Social de Montgeron
- \* \* Espace Parents d'Athis-mons
- \* \* Go Baby Gym
- \* \* Crèche « Les clayes sous bois »...

Des cursus complets en fonction des besoins ont été mis en place :

- Only baby
- Mum and Baby
- Accompagnante à la parentalité

**Graine de Massage, ce sont plus de 1 000 professionnels formés dans toute la France et à travers le monde !**

# Nos formations

disponible en e-learning



Massage "Bien-naitre"  
du bébé

disponible en e-learning



Massage "Mieux-être"  
de l'enfant

disponible en e-learning



Massage "Bien-naitre"  
Femme enceinte

disponible en e-learning



Baby Yoga



Yoga Kids



Portage physiologique  
du bébé

disponible en e-learning



Baby Réflexologie



Danse porté



Massage postnatal



Renaitre Parent



Rebozo

**Nouveau ! Certaines de nos formations peuvent être faites en e-learning, à votre rythme !**

Nos formations sont disponibles également en intra-entreprise.

# Massage Postnatal

Notre formation massage Postnatal permet d'offrir un soin relaxant et rééquilibrant en postnatal et ainsi d'accompagner la femme dans son bien-être et sa détente favorisant ainsi sa rencontre avec son bébé.

Durant cette formation, vous apprendrez un protocole de massage exclusif Graine de Massage qui permettra de détendre, réharmoniser le corps et l'esprit, offrir un apaisement global très profond, libérer les tensions et de rééquilibrer les différents systèmes corporels.

Vous aborderez des thèmes spécifiques liés au massage postnatal, au rééquilibrage du corps et de l'esprit par l'étude des chakras, des méridiens et des fréquences corporelles par l'utilisation des bols chantants et des diapasons.

.Le massage postnatal n'aura plus de secret pour vous ! Nous verrons également le déroulement d'une séance de massage postnatal et nous vous donnerons toutes les clefs afin qu'à l'issue de cette formation, vous puissiez donner et animer une séance de façon professionnelle !



---

# *"Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était et ait confiance en ce qui sera "*

## PROGRAMME DE FORMATION

**Modalités et méthodes utilisées : Alternance d'apport théorique et d'apport pratique**

**Modalités d'évaluation : Mise en situation + questionnaire de fin d'évaluation (Q.C.M)**

**Objectif : Apprendre une nouvelle approche du soin relaxant postnatal; maîtriser les techniques manuelles comportant des manœuvres, apaisantes, relaxantes et découvrir les bienfaits du massage.**

Rituel et mouvements de base  
Détente de l'axe de stress  
Détente des différentes couches musculaires  
Stimulation des zones réflexes du dos  
Stimulation des points d'entrées de méridiens  
Ré-équilibre du corps par la vibration  
Rituel et mouvements de fin de massage



**Objectif : Connaissances du corps et fragilité de la femme en postnatal**

Place et images de la femme enceinte dans différentes cultures,  
Le 4ème trimestre de grossesse  
Avant de commencer le massage postnatal  
Transformations du corps / esprit en postnatal  
Les huiles de massage et la femme enceinte  
Etudes des méridiens en postnatal  
Etudes des Chakras en postnatal  
La vibration, les fréquences en postnatal  
Utilisation des bols chantants  
Utilisation de Diapason spécifique en postnatal  
Contre-indication au massage postnatal  
Les bienfaits du massage postnatal

**Objectif : Animation de vos séances**

La communication autour de vos séances  
Présentation de notre application mobile/tablette



Aucun Pré-requis.

---



---

*"Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était et ait  
confiance en ce qui sera "*

## **Organisation de votre formation**

**Compétence visée** : Certificat de réalisation "Praticienne en Massage Postnatal"

**Durée de formation** : 12 h de formation 2 jours

**Public visé** : Tout public

**Prérequis** : Aucun prérequis

**Modalités d'enseignement** : Formation disponible en présentiel

**Méthodes d'enseignement** : Analyse des besoins et attentes des participants avant la formation, Présentation powerpoint, Travail en binôme, Utilisation d'outils spécifiques à l'animation. Mise en situation réelle et de situation, Partages d'expériences, Livret pédagogique en pdf

**Modalité d'évaluation** : validation par un Q.C.M en fin de formation + évaluation de la pratique tout au long de votre formation

**Lieu de la formation (présentiel)** : 2 place Liedekerke Beaufort - 91250 Tigery

**Modalités de règlement** : règlement en 1 fois ou paiement en plusieurs fois possible (jusque 4 fois).

**Maintien des compétences** : Application Mobile et tablette Graine de massage

**Situation de handicap** : Nous contacter afin de pouvoir adapter la formation

**Tarif** : 400 euros (PEC personnel ou OPCO) - 460 euros (PEC employeur / France Travail)

**VOTRE FORMATION**

En complément de votre formation Massage postnatal

# Massage Prénatal (Femme enceinte)

Notre formation massage "bien-naitre" de la femme enceinte permet d'offrir un soin relaxant pré-natal et d'accompagner l'entourage durant la grossesse afin de créer le lien parent/enfant.

Durant cette formation, vous apprendrez un protocole de massage exclusif Graine de Massage qui permettra de détendre, libérer les tensions et d'apaiser les différents maux de la grossesse. Il permet également à la maman de prendre conscience de son corps et d'accepter les différents changements corporels.

Vous aborderez des thèmes spécifiques liés au massage de la femme enceinte et transmettez au papa bon nombre d'outils pratiques qui lui permettra de se sentir investi dans la grossesse afin de pouvoir accompagner la grossesse de sa compagne et ainsi prendre plus facilement sa place de père. et à la fratrie de pratiquer des activités ludiques et de bien-être autour de la grossesse afin d'inclure la famille à l'arrivée de ce bébé.

.Le massage femme enceinte n'aura plus de secret pour vous ! Nous verrons également le déroulement d'une séance de massage femme enceinte et nous vous donnerons toutes les clefs afin qu'à l'issue de cette formation, vous puissiez donner et animer une séance de façon professionnelle !



---

# "Pour mater, il faut être maternée "

## PROGRAMME DE FORMATION

**Modalités et méthodes utilisées : Alternance d'apport théorique et d'apport pratique**

**Modalités d'évaluation : Mise en situation + questionnaire de fin d'évaluation (Q.C.M)**

**Objectif : Apprendre une nouvelle approche du soin relaxant pour femme enceinte et maîtriser les techniques manuelles comportant des manœuvres, apaisantes, relaxantes et découvrir les bienfaits du massage.**

Rituel et mouvements de base  
Détente de l'axe de stress  
Détente des différentes couches musculaires  
Détente du plancher pelvien et diaphragmatique  
Détente des différents axes musculaires  
Rituel et mouvements de fin de massage



**Objectif : transmettre et se faire connaître**

- Animation de vos ateliers et construction de vos ateliers
- La communication autour de vos ateliers
- Idée de création de votre matériel pédagogique
- Présentation de notre application mobile et tablette

**Objectif : Connaissances du corps de la femme enceinte et investissement de la famille dans la grossesse.**

Place et images de la femme enceinte dans différentes cultures

.Immersion dans le corps de la femme enceinte

Douleurs et posture de la femme enceinte

Avant de commencer le massage chez la femme enceinte

Transformations du corps de la femme enceinte

Les huiles de massage et la femme enceinte

Confection de l'huile de massage adaptée

Les difficultés liées à la grossesse

Contre-indication au massage de la femme enceinte

Les bienfaits du massage

L'importance de la place du père

Investir le père dans son rôle parental

Outils pratiques pour le père

Investir la fratrie dans la grossesse

Les outils post-natal pour favoriser les liens d'attachements

Découvertes des outils pour la fratrie



Aucun Pré-requis.

---



---

# *"Pour materner, il faut être maternée"*

## **Organisation de votre formation**

**Compétence visée** : Certificat de réalisation "Praticienne en Massage prénatal"

**Durée de formation** : 12 h de formation 2 jours

**Public visé** : Tout public

**Prérequis** : Aucun prérequis

**Modalités d'enseignement** : Formation disponible en présentiel

**Méthodes d'enseignement** : Analyse des besoins et attentes des participants avant la formation, Présentation powerpoint, Travail en binôme, Utilisation d'outils spécifiques à l'animation. Mise en situation réelle et de situation, Partages d'expériences, Livret pédagogique en pdf

**Modalité d'évaluation** : validation par un Q.C.M en fin de formation + évaluation de la pratique tout au long de votre formation

**Lieu de la formation (présentiel)** : 2 place Liedekerke Beaufort - 91250 Tigery

**Modalités de règlement** : règlement en 1 fois ou paiement en plusieurs fois possible (jusque 4 fois).

**Maintien des compétences** : Application Mobile et tablette Graine de massage

**Situation de handicap** : Nous contacter afin de pouvoir adapter la formation

**Tarif** : 400 euros (PEC personnel ou OPCO) - 460 euros (PEC employeur / France Travail)

# Tarifs

Chaque module de formation comprend le guide pédagogique, l'accès sécurisé et personnel à notre application mobile et tablette, l'accès à notre groupe facebook, l'accès à un tarif privilégié de nos kits de portage, poupons ...

Pour nos formations massage "bien-naître", l'huile de massage bio.



## **Prix par module de formation (soit 12h de formation)**

Prise en charge personnelle : 400 euros

Prise en charge professionnelle : 460 euros

Possibilité de prise en charge par le pôle emploi, ou OPCA ...

Chaque formation est attestée par un certificat de réalisation nominatif.



**Soyez Zen !**

**Facilités de règlement en plusieurs fois possible !  
Pour que le tarif de nos formations ne soit plus un  
frein à votre projet !**

**OFFRE TARIFAIRE**

Formation  
12h

Formation  
12h

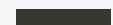
Formation  
12h

Formation  
12h

Formation  
12h

Formation  
12h

Formation  
12h



# *Informations pratiques*



## **Notre centre de formation**

32 route de lieusaint  
91250 Tigery  
06.61.09.04.30 - 06.47.15.37.03

Horaires de formation  
9h15/12h15 - 13h15/16h15



## **Nombre de participants**

Nous privilégions les petits groupes de 6/8 personnes pour un meilleur accompagnement.



## **Public concerné**

Nous accueillons tous les professionnels de la santé, de la petite enfance, du bien-être, les étudiants mais également chaque personne désireuse de changer d'orientation professionnelle.

# Informations pratiques



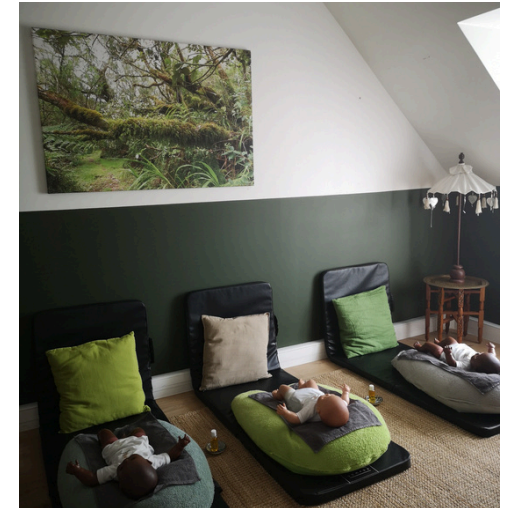
## disponibles sur place

- frigidaire,
- intermarché, boulangerie ...
- Parking gratuit proche



## Boutique

Sur place, vous trouverez notre espace "boutique" vous proposant des kits de portage, des poupons pédagogiques à des tarifs négociés spécialement pour vous !



## se loger

Nombreux hôtels, chambres d'hôtes, Air b'nb aux alentours.

Place et Parking gratuit sur tout le village

## Accessibilité aux personnes handicapés

- E-learning disponible,
- Support pédagogique envoyé en pdf
- Accueil de la personne accompagnante
- Possibilité d'acquérir le support pédagogique en lecture braille



---

**satisfaction 2023 : 100 %**

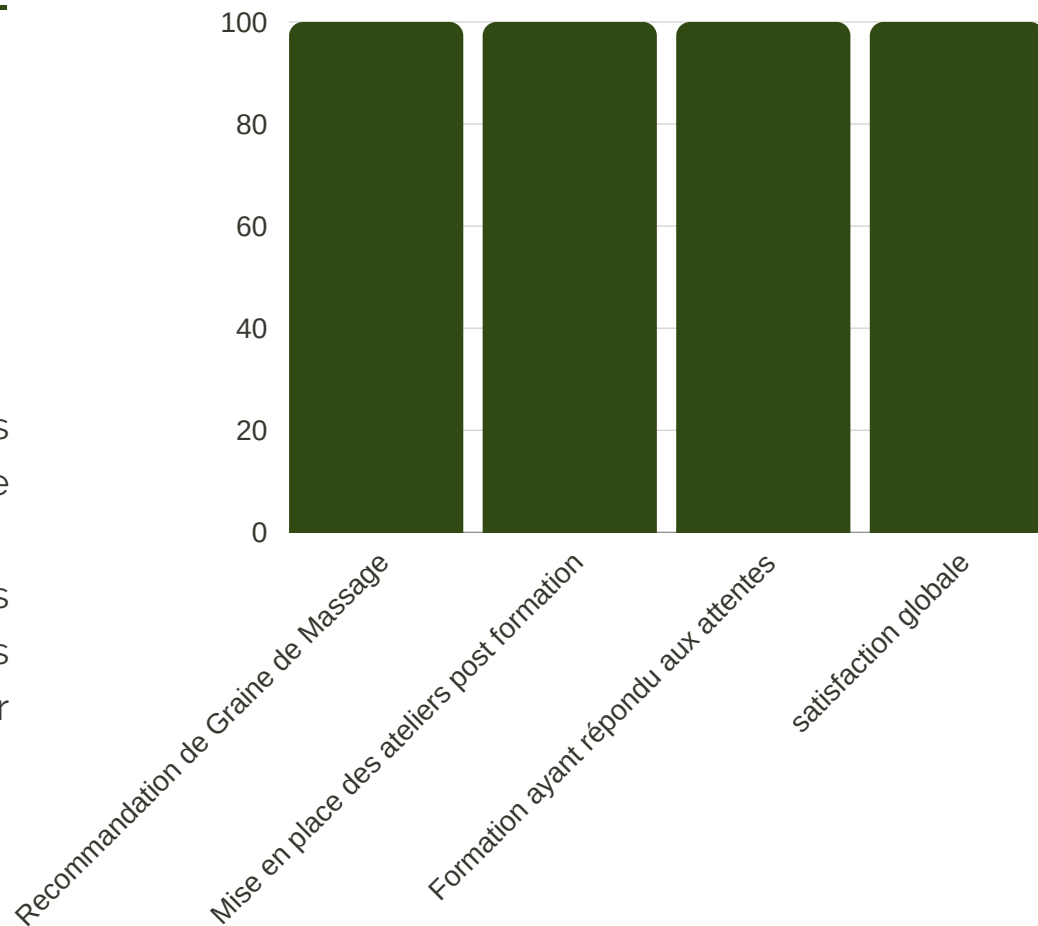
---

# satisfaction 2024

## RETOUR SUR LA SATISFACTION DE NOS PARTICIPANTES

Afin de toujours mieux répondre aux attentes de nos participants, nous faisons parvenir un questionnaire de satisfaction à chaque fin de formation.

En 2021 (année scolaire) , plus de 300 questionnaires ont été envoyés ; Graine de Massage est l'un des seuls centre de formation à pouvoir se targuer d'avoir un taux de 100 % de satisfaction.



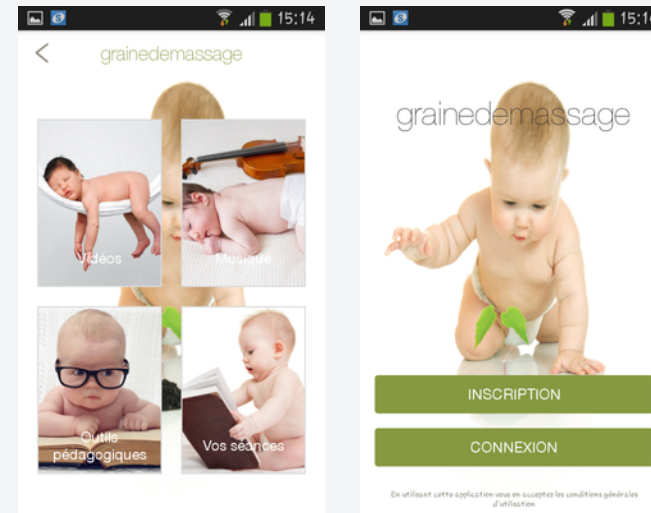
# Notre application mobile/tablette

Après votre formation, vous recevrez vos identifiants sécurisés pour vous connecter à votre "espace pro", cela vous permettra de revoir en vidéos les protocoles de massage (bébé et femme enceinte), les nouages en écharpe de portage, les postures de yoga (baby et kids) mais également de pouvoir télécharger vos documents en pdf, mettre de la musique ...

Certaines de nos formations (portage, massage bébé) permettront également aux parents ayant suivis vos ateliers (avec des codes spécifiques) de pouvoir avoir accès à une partie de l'application afin de revoir les mouvements, postures, nouages vus avec vous en atelier !

Un bel outil post-formation, facilitant la mise en pratique en développant la confiance et l'estime de soi !

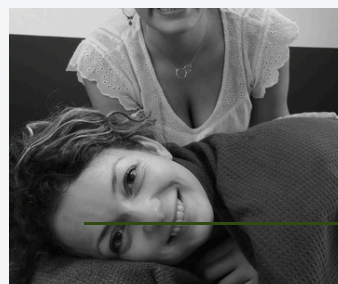
**Pour une mise en place rapide et en toute confiance de vos ateliers !**



RESTEZ CONNECTÉ(E) !

---

# Photos de nos formations



---

# Nous suivre

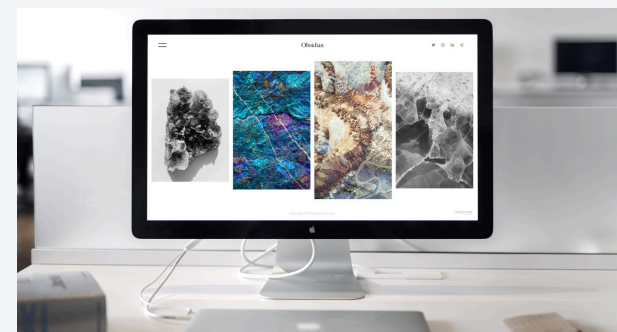
REJOIGNEZ-NOUS ET SUIVEZ NOTRE ACTUALITE SUR LES RESEAUX SOCIAUX



@grainedemassage



@grainedemassage



[www.grainedemassage.com](http://www.grainedemassage.com)

