



FORMATION

**E-academy**

# MASSAGE BÉBÉ

---

Documentation



Cette documentation est publiée par l'organisme **E-academy Formation**

### Copyright

@Kathy Bauzan

@E-academy formation

En s'inscrivant à cette formation, le participant s'engage à respecter les conditions ou restrictions d'usage des documents qui lui sont remis. Les documents remis aux participants sont régis par les lois sur les droits d'auteur. Ainsi, toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle par quelques procédés que ce soit, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droits ou ayants causes, est illicite. Toute contravention à la propriété intellectuelle pourra donner lieu à une action en justice, pouvant engager la responsabilité civile et pénale du contrefacteur.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce cours ne peut être reproduite, stocké dans un système de récupération et transmise sous aucune forme et aucun moyen, électronique, informatique, mécanique, photocopie, enregistrement ou toute autre manière, sans l'autorisation écrite et signée, préalable, de l'auteur ou d'E-academy Formation. Malgré tous les soins apportés aux textes, ni l'auteur, ni l'éditeur, ni E-academy Formation ne peuvent être rendus responsables des dommages qui pourraient résulter directement ou indirectement d'une erreur qui peut figurer dans cette édition.



# PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE BEBE

## 1. FORMALITES

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Public visé</b>                             | Les professionnels du bien-être, dans le domaine de la toute petite enfance et de la santé, souhaitant faire évoluer leurs compétences.<br>Pour les structures professionnelles travaillant auprès des futurs et jeunes parents et de leurs enfants.<br>Les personnes en projet de réorientation professionnelle.<br>Les personnes désireuses de parfaire leurs connaissances et savoir-faire dans le domaine de la parentalité. |
| <b>Prérequis</b>                               | <ul style="list-style-type: none"><li>• Etre majeur (pour les mineurs, une autorisation écrite du représentant légal)</li><li>• La maîtrise de la langue française à l'oral et à l'écrit</li></ul>                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Nombre de participants</b>                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• de 1 à 6 stagiaires maximums par session</li><li>• Formation tous les mois, sous réserve de la disponibilité du formateur.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Durée de formation</b>                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• 4 jours soit 28 heures</li><li>• 1H30, évaluation des acquis en fin de formation / 1 heure, un entretien personnalisé</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Horaires de la formation</b>                | De 9h00 à 17h00 (1h00 pour la pause déjeuner), les repas sont à la charge du stagiaire                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Lieu de formation</b>                       | Formation en Intra sur le site de la société – 149 rue Jean Dausset, le Victoria bat A1 – 84140 AVIGNON – MONTFAVET<br>Pour les professionnels de la petite enfance, la formation peut se réaliser sur votre lieu d'activité (demander un devis). Possibilité également d'adapter le programme de formation en fonction des souhaits des équipes.                                                                                |
| <b>Coût de la formation</b>                    | 957,00 euros                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Ce que comprend le coût de la formation</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Formation en présentiel ou semi-présentiel (pour la théorie)</li><li>• Ressources pédagogiques</li><li>• Attestation de fin de formation avec évaluation des acquis</li><li>• Un entretien personnalisé sous la forme d'un coaching commercial</li></ul>                                                                                                                                 |

|                                                                                  |                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Formatrice et personne chargée des relations avec la(e) ou les stagiaires</b> | Kathy BAUZAN Praticienne en SPA, en médecine traditionnelle chinoise et ayurvédique / Esthéticienne / Formatrice |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap :** Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation que vous souhaitez entreprendre et ainsi bénéficier d'un aménagement et d'un accompagnement particuliers.

**Modalités d'accès à la formation :** Avant toute validation de votre inscription, un entretien téléphonique sera indispensable pour permettre au centre E-academy Formation de s'assurer que vos attentes sont en adéquation avec la formation dispensée. Cela permettra également à la formatrice de moduler la formation pour répondre au plus juste à vos besoins.

Suite à cet entretien téléphonique, il vous sera demandé de nous retourner dûment rempli le formulaire d'inscription que vous trouverez sur notre site au bas de la page de chaque formation.

En retour, un formulaire de pré-évaluation vous sera adressé avec votre contrat de formation afin de connaître au mieux vos compétences et attentes.

**Adaptation du rythme des séances du programme aux possibilités opérationnelles du stagiaire :**

Formation effectuée selon votre rythme, possibilité de personnaliser le programme de formation selon votre projet.

**Délais d'accès à la formation :**

Afin de connaître les délais d'accès à la formation, nous vous remercions de bien vouloir nous contacter par téléphone ou mail. Pour le dossier, délai de 3 semaines minimum, hors délai inhérent aux démarches administratives indépendantes d'E-academy Formation.

## 2. POURQUOI SE FORMER EN MASSAGE BEBE ?

Le massage est connu pour être un moment de détente. Masser un bébé est une excellente façon de créer un lien d'attachement qui, fréquemment répété va l'apaiser. Il découvre des sensations permettant de développer la relation avec le parent contribuant à son développement : sur le plan moteur, sensoriel, affectif, cognitif et social. Le toucher est, parmi les 5 sens, le plus important pour combler le besoin de sécurité du bébé. Il a ce besoin vital d'être bercé, touché, entouré, massé. Les nombreux récepteurs sensoriels situés sous la peau communiquent au cerveau de nombreuses sensations.

Le Massage Bébé va le réconforter, renforcer le lien avec le parent et développer sa confiance et son estime de soi. Il va permettre également de tonifier et de relaxer les tissus musculaires, il aide à relâcher les tensions, facilite la circulation sanguine et lymphatique, stimule le système respiratoire, le système digestif (transit et évacuation), le système cardio-vasculaire et immunitaire. Le massage apaise aussi le système nerveux, stimule le développement moteur et la coordination des mouvements.

Le massage régulier permet des résultats spectaculaires tels que la prise de poids chez les prématurés ou le renforcement de conscience. Il peut se pratiquer tous les jours sous forme de petits rituels. Vous allez acquérir une nouvelle technique avec cette formation, pour maîtriser tous les savoirs liés au Massage Bébé. La formation vous apprend à adapter la pratique en fonction de l'âge de l'enfant. Les gestes, la méthode et les protocoles ont été élaborés à partir des massages indiens, de la réflexologie et des techniques de yoga pour respecter la séance de Massage Bébé dans le bien-être et la bienveillance. Toutes ces maîtrises seront des atouts professionnels pour les personnes travaillant dans le domaine de la santé, de la petite enfance ou pour votre enrichissement personnel si vous êtes parents. Cela vous permet d'instaurer un moment de partage bénéfique au développement du bébé.

### 3. L'HISTOIRE DU MASSAGE POUR BEBE

Le massage, en général, fut utilisé tout au long de l'histoire pour guérir le corps et l'esprit, c'est une des plus anciennes formes de thérapie populaire. Depuis des milliers d'années, le massage ou l'imposition des mains a servi à guérir et à soulager les malades.

Son origine remonte depuis des millénaires, près de 3 000 ans av. J-C. Les premiers écrits traitant cette pratique vient de Chine et d'Inde. Cette tradition du massage fut perpétuée de mère en fille dans les civilisations anciennes. Cette tradition est toujours pratiquée dans certaines cultures comme l'Afrique. En Europe, il y a environ 2 000 ans, pour les médecins de l'antiquité grecque et romaine, le massage était un des principaux moyens pour préserver la santé et favoriser la guérison.

Le toucher a un sens différent pour chaque culture. Il a malheureusement pris une connotation taboue en Occident. Le massage est avant tout une relation subtile, respectueuse et intime entre deux êtres : le masseur et le massé.

Depuis des siècles et des siècles, masser son bébé fait partie de la vie courante de nombreuses civilisations. Cette pratique ancestrale se retrouve dans de nombreuses sociétés traditionnelles, où elle s'est transmise de mère en fille pendant des générations. C'est en grande partie grâce à l'américaine, Vimala Mc CLURE, que le massage pour bébé a été introduit dans les cultures occidentales.

De nombreuses recherches scientifiques ont démontré les aspects positifs du massage bébé notamment en mettant en lumière une hormone appelée ocytocine. Cette hormone « du bonheur et du bien-être » joue un rôle déterminant dans l'attachement du lien parent-enfant. Cela permet de réduire le stress quotidien du bébé notamment suite à l'accouchement et d'apaiser les douleurs (poussée dentaire, troubles digestifs, coliques...). Un bébé détendu, c'est un bébé qui aura plus de facilité à l'endormissement et un sommeil plus apaisé.

### 4. DESCRIPTION DE LA FORMATION

Dans les premières semaines, voire les premiers mois de vie, c'est par le toucher et le contact visuel que la communication s'établit entre le bébé et ses parents. Le massage permet de manifester l'amour à

travers les mains de ses parents. Ce moment permet aussi de comprendre le langage non verbal de bébé et de développer l'écoute. Car bien avant les pleurs, c'est par le corps que le bébé nous parle de ses états d'âme.

E-academy vous apporte au travers de cette formation en massage bien-être spécifique au bébé, des connaissances fondamentales théoriques et pratiques, pour acquérir l'apprentissage d'un programme complet, avec un accompagnement de qualité, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité.

Au cours des quatre jours de formation, vous ferez face à un apprentissage basé sur la théorie avec des QCM, Quizz, exercices et de la pratique intensive sur des poupons.

Un examen final (1H30 d'évaluation) dont la réussite vous permettra de recevoir votre attestation de fin de formation, avec 1H00 d'entretien personnalisé.

## 5. OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Découvrir et différencier les étapes du Massage Bébé
- Etudier les protocoles du massage et développer les différentes techniques manuelles : gestes et posture, pour masser un bébé (toucher, pressions, dextérité, durée...)
- Découvrir comment soulager quelques petits maux au quotidien
- Apprendre à décoder les besoins de bébé lors d'une séance
- Prendre en compte les règles d'hygiène, de sécurité, d'ergonomie et le confort du bébé
- Savoir créer un environnement pour masser bébé (la pièce, le matériel...)
- Apprendre à accueillir et à accompagner les bébés et les familles
- Approfondir ses connaissances théoriques et pratiques dans le domaine du bien-être, pour être capable de dispenser une séance d'une durée de 30 minutes en s'adaptant aux attentes du bébé

## 6. COMPETENCES VISÉES

- Maîtriser le protocole du Massage Bébé
- Acquérir les connaissances théoriques nécessaires et les différents gestes techniques professionnels adaptés aux spécificités du Massage Bébé
- Connaître les gestes spécifiques pour soulager les petits maux des bébés
- Développer ses compétences professionnelles en bien-être, en personnalisant le Massage Bébé, pour l'adapter à ses besoins
- Respecter les règles d'hygiène, de sécurité et d'ergonomie pour le(a) praticien(ne) et le confort du bébé
- Préparer un environnement zen, pour masser bébé
- Gérer les aspects relationnels dans l'accompagnement des bébés, des familles dans ce moment de bien-être

- Réaliser une séance complète en Massage Bébé, en adaptant la posture et la technique professionnelle, dans une démarche préventive de détente et de bien-être

## Déontologie :

La(e) stagiaire pratiquera le Massage Bébé dans un objectif de bien-être et ne poursuivra pas en aucun cas un but médical. Les techniques manuelles enseignées n'ont aucune visée médicale ou thérapeutique et ne se substituent pas à une pratique médicale.

## 7. MÉTHODE PÉDAGOGIQUE THÉORIQUE

Le contenu de la formation est adapté et modulé en fonction des besoins et des demandes spécifiques des apprenants dans le respect des objectifs de formation visé. Les cours sont détaillés avec de nombreux exercices.

### Programme du cours :

1. Déontologie
2. Règles d'hygiène et de sécurité pour le Massage Bébé
3. Anatomie de la peau (spécificités de la peau des bébés)
4. Anatomie du squelette
5. Les muscles squelettiques
6. L'histoire du massage à travers le monde
7. L'importance du toucher bienveillant
8. Eveil des sens
9. Choisir le bon moment, l'environnement et la fréquence du massage bébé
10. Les produits utilisés pour le massage
11. Les différentes techniques de massage sur les parties du corps (retournement, transfert, effleurage, bracelet, rotation, balayage, pince, étirement, mouvement alterné...), petites postures de Baby Yoga, quelques points de réflexologie
12. Quelques techniques pour soulager des petits maux au quotidien (colique, sommeil, hyperactivité, dents...)
13. Les bienfaits et les contre-indications du massage
14. L'installation du poste de travail (la préparation) et le rituel pour le bébé
15. Les techniques de respiration, de recentrage pour le(a) praticien(ne)
16. Etapes d'un Massage Bébé
17. Le protocole « Massage Bébé »

### Entraînements :

- QCM
- Quizz

- Exercices

#### Evaluations :

- Fiche d'évaluation : examen théorique
- Fiche d'évaluation : examen pratique

Annexes / Références

## 8. MÉTHODE PÉDAGOGIQUE PRATIQUE

Techniques : Active, interrogative et participative

La(e) stagiaire pratique sur des poupons les étapes globales d'un Massage Bébé pour maîtriser les gestes et affiner le sens du toucher. Les manœuvres sont expliquées, montrées, commentées et développées avant et pendant le passage à la pratique. L'apprentissage du protocole se fait étape par étape, avec de la pratique entre chaque démonstration.

#### Les étapes globales d'un Massage Bébé (organisation et déroulement du massage)

1. Installation du poste de travail avec les normes d'hygiène
2. Accueillir le bébé et accompagner les parents pour la pratique d'un Massage Bébé
3. La prise de contact (manœuvres à sec)
4. Le massage
5. Les techniques pour soulager des petits maux au quotidien
6. Quelques petites postures de Baby Yoga et des points de réflexologie
7. La prise de congé

#### Pratique du Massage Bébé

La posture de travail et les déplacements autour de la table de massage

Techniques manuelles avec des poupons

Entraînement pour chaque partie du corps avec des explications de la procédure pas à pas

Apprendre le Massage Bébé complet

Enchaînement complet

## 9. MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Le syllabus de cette formation est complet, très bien structuré. Il n'est pas nécessaire de vous munir de matériel supplémentaire, cela vous permettra de vous concentrer sur l'essentiel : votre apprentissage.

- Paper board
- Classeur avec feuilles pédagogiques en support ou cours en PDF
- Illustrations, schémas, planches pédagogiques
- QCM, QUIZZ, Exercices

- Pratique sur des poupons avec une table de soin
- Mise en situation
- Debriefing et Feedback : Questions / Réponses, pour mesurer l'amélioration de la formation

Matériels : Mis à disposition par E-academy Formation

- Masque normé, visière, gel hydro alcoolique et tablier
- Tout le matériel nécessaire au Massage Bébé (des poupons, du talc, des huiles de massage...)
- Table de soin, tabouret

Accompagnement : La Responsable pédagogique et technique coordonne les différents moyens et équipements pédagogiques, selon les phases avant-pendant-après la formation. La directrice gère les aspects administratifs et comptables des sessions de formation. L'ensemble des moyens d'encadrement respecte les exigences qualité de la formation professionnelle.

À prévoir par le stagiaire :

- Une tenue professionnelle
- Deux ou trois blouses professionnelles
- Les cheveux attachés
- Les ongles courts
- Eviter si possible le port de bijoux (notamment les bagues)

## 10. MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRECIATION DES RESULTATS

Suivi de l'exécution : Feuille d'émargement signée par la(e) stagiaire et la formatrice par demi-journée.

Appréciation des résultats : Evaluation continue tout au long de la formation. Les objectifs opérationnels sont évalués grâce à la réalisation, des : QCM, QUIZZ, Exercices, de la pratique sur des poupons et mise en situation, tour de table (fondée sur des échanges) pour encourager et motiver les stagiaires dans leurs démarches. Ces temps d'échanges sont prévus pendant les journées de formation pour répondre aux questions des stagiaires et reprendre le cours déjà vu si nécessaire. Evaluation des acquis en fin de formation. Bilan de satisfaction des stagiaires. Attestation de fin de formation.

Validation :

À la fin de la formation, la(e) stagiaire devra réaliser :

- 1 fiche d'évaluation théorique (test de connaissances)
- 1 évaluation sur la mise en situation devra être exécutée par la(e) stagiaire dans sa totalité pour vérifier l'apprentissage du protocole : les techniques manuelles pour le Massage Bébé (les gestes

et l'enchaînement, le toucher et la fluidité), la mémorisation du protocole et la capacité d'adaptation, sous le contrôle de la formatrice qui vérifiera la bonne acquisition du protocole

#### Attestations :

- Une attestation individuelle de formation sera remise au stagiaire pour valider sa présence à l'ensemble des 4 jours de formation (durée 28h00)
- Remise d'une attestation de formation pour le « Massage Bébé » délivrée pour la réussite de l'examen afin de valider ses acquis

#### Les points forts de la formation :

- La formatrice dispose de la double compétence Dirigeante et Experte (Formatrice)
- La formation est personnalisée et adaptée aux objectifs du stagiaire pour la finalisation de son projet : « formation sur mesure »
- La formation peut être prodiguée en présentiel ou semi-présentiel pour la théorie (l'expérience est comparable à celle du présentiel. Lors des séances, la formatrice est en face-à-face avec la(e) stagiaire en visioconférence, si besoin)
- La formation est en petit effectif pour un apprentissage optimal ou en formation individuelle

## 11. PROGRAMME DES QUATRE JOURS DE FORMATION

### JOUR 1 :

Présentation du stagiaire, de son cursus professionnel et de ses attentes, présentation de la formatrice

Cours théorique

Pause déjeuner

Suite du cours théorique, puis un Debriefing (questions/ réponses)

### JOUR 2 :

Feedback sur la première journée (questions / réponses)

Norme d'hygiène du poste de travail

**Pratique du Massage Bébé** sur 1 poupon : installation du poupon, prise de contact et effectuer les différentes techniques manuelles du massage (démonstration : pratique simultanée)

Norme d'hygiène du poste de travail

**Révision du Massage Bébé** sur 1 poupon : installation du poupon, prise de contact et effectuer les différentes techniques manuelles du massage (démonstration : pratique simultanée)

Pause déjeuner

Entraînement : QCM, QUIZZ, Exercice

**Pratique du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et techniques manuelles du massage

**Pratique du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et techniques manuelles du massage, utiliser les techniques pour soulager les petits maux, quelques points de réflexologie  
Debriefing (questions/ réponses)

### JOUR 3 :

Feedback sur les jours (questions / réponses)

Entrainement : QCM, QUIZZ, Exercice

**Pratique du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et techniques manuelles du massage, utiliser les techniques pour soulager les petits maux, quelques points de réflexologie

Pause déjeuner

**Révision du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et techniques manuelles du massage, utiliser les techniques pour soulager les petits maux, quelques points de réflexologie

**Pratique du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et techniques manuelles du massage, utiliser les techniques pour soulager les petits maux, puis petites postures Baby Yoga

**Révision du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et techniques manuelles du massage, utiliser les techniques pour soulager les petits maux, puis petites postures Baby Yoga

Debriefing (questions/ réponses)

### JOUR 4 :

Feedback sur les jours (questions / réponses)

Entrainement : QCM, QUIZZ, Exercice

Norme d'hygiène du poste de travail

**Révision du Massage Bébé** sur 1 poupon : installation du poupon, prise de contact et technique dans sa totalité

**Pratique du Massage Bébé** sur 1 poupon : norme d'hygiène du poste de travail, installation du poupon, prise de contact et technique dans sa totalité

Pause déjeuner

**Evaluation théorique et pratique du Massage Bébé sur 1 poupon, sous le contrôle de la formatrice**

Debriefing : Questions / Réponses des 4 jours de formation. Bilan de satisfaction des stagiaires.

En fin de formation, après avoir réussi les évaluations : théorique et pratique, la(e) stagiaire reçoit une attestation de formation pour le « Massage Bébé » avec un entretien personnalisé.

**E-academy** FORMATION

