



PROGRAMME DE FORMATION Mise à jour 11/01/26

Technique corporelle Massage atelier Bébé » – Toucher, lien et bien-être

1. Présentation de la formation

Le **massage bébé** est un outil d'accompagnement fondamental pour soutenir le développement émotionnel, physique et relationnel du nourrisson.

Par un **toucher sain, sécurisant et bienveillant**, il favorise le lien d'attachement parent-enfant et le bien-être global du bébé.

« *Être touché, massé et caressé est une nourriture pour le nouveau-né, aussi nécessaire que les vitamines, les protéines et les oligo-éléments* » – Dr Frédéric Leboyer.

Cette formation permet d'apprendre un **protocole complet et sécurisé de massage bébé** ainsi que la posture relationnelle nécessaire à l'accompagnement des parents.

2. Objectif général

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de **réaliser une séance complète de massage bébé**, dans le respect du développement du nourrisson, de la sécurité, de l'hygiène et de la relation parent-enfant.

3. Objectifs pédagogiques

Le stagiaire sera capable de :

- Mener un entretien avant le massage
 - Expliquer les principes et bienfaits du massage bébé
 - Identifier les contre-indications
 - Préparer l'environnement
 - Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité
 - Réaliser le protocole complet
 - Adopter une posture d'écoute et d'accompagnement
 - Accueillir et guider les parents
-

4. Public visé

- Praticiens en massage bien-être
- Professionnels de la santé, du paramédical et du social
- Entrepreneurs
- Personnes en reconversion
- Demandeurs d'emploi

5. Prérequis

Occuper un poste ou avoir un projet professionnel dans :

- Un salon de soins,

-
- Une structure médicale ou paramédicale,
 - Ou la pratique du massage bien-être.

6. Accessibilité / Conditions d'inscription

Un **entretien téléphonique préalable** à l'inscription définitive est réalisé par la responsable de la formation. Il permet de :

- Recueillir les informations sur le candidat (expérience, motivations, projet professionnel)
 - Présenter les objectifs, le contenu, les modalités et conditions pratiques de la formation
 - Valider la cohérence du projet de formation
 - Limiter les risques de rupture ou d'abandon en cours de formation
-
- **Intra-entreprise** : après validation du cahier des charges
 - **Inter-entreprise** : inscription possible jusqu'à 14 jours avant la session

Un **entretien téléphonique préalable** est obligatoire.

Un entretien préalable permet d'étudier les adaptations nécessaires.

Référent handicap : **Lynda Mainard** – du lundi au vendredi de 9h à 18h.

7. Organisation

- **Durée** : 2 jours
- **Volume horaire** : 14 heures
- **Horaires** : 9h–12h / 13h–17h
- **Lieu** : 7 rue de la Porcelaine – 64100 Bayonne
- **Effectif** : Minimum 2 à 8 stagiaires maximum

8. Tarifs Particuliers : 490 € OPCO / FAF : 588 € Contact 06 59 05 79 79

9. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Formation en inter Lors des premiers contacts, un entretien est proposé afin de :

- Prendre en compte les spécificités du handicap
- Identifier les besoins particuliers
- Déterminer les aménagements pédagogiques, matériels ou organisationnels nécessaires

Formation en intra

Toute inscription de personnes en situation de handicap doit être signalée en amont afin d'étudier l'adaptation de la formation.

Un entretien préalable est proposé afin d'identifier les besoins spécifiques et d'étudier les aménagements possibles.

Référent handicap : **Lynda Mainard**, joignable du lundi au vendredi de 9h00 à 18h00

10. Contenu de la formation

Jour 1 – Fondamentaux du massage bébé

Objectifs de la journée

- Comprendre les bases du massage bébé
 - Appréhender le toucher comme outil de lien et de communication
 - Acquérir les premiers gestes du protocole
-

1. Origine et principes du massage bébé

Présentation de l'histoire du massage bébé, de ses racines traditionnelles et de son évolution moderne. Le massage est présenté comme un moyen de communication non verbale et de soutien au développement du nourrisson.

2. Le toucher et le lien d'attachement

Étude du rôle du toucher dans la construction du lien parent-enfant :

- Sécurité affective
 - Confiance
 - Apaisement
 - Communication émotionnelle
-

3. États de conscience du bébé

Apprentissage de l'observation du bébé :

- État d'éveil calme
 - État d'agitation
 - Fatigue
 - Signes de stress
- Adapter le massage au moment opportun.
-

4. Bienfaits et contre-indications

Présentation des effets du massage bébé :

- Amélioration du sommeil
- Digestion
- Diminution des coliques
- Apaisement
- Renforcement du système immunitaire

Analyse des contre-indications : fièvre, maladie, lésions cutanées, etc.

5. Huiles et matériel

- Choix des huiles adaptées à la peau du bébé
 - Matériel nécessaire
 - Hygiène et sécurité
-

6. Postures et installation

- Position du bébé
- Posture du praticien
- Confort et sécurité
- Respect du rythme du nourrisson

7. Démonstration sur poupon

Le formateur réalise un massage complet en expliquant chaque étape.

8. Apprentissage des gestes

Les stagiaires apprennent :

- Effleurages
- Lissages
- Pressions glissées
- Pétrissages
- Frictions
- Étirements
- Digito-pressions

Objectif : créer un toucher sécurisant, doux et structurant.

9. Pratique encadrée

Chaque stagiaire pratique sur un poupon sous supervision avec corrections individualisées.

10. Jeux de rôle parent-bébé

Simulation d'accompagnement des parents :
accueil, explication, guidance, adaptation au bébé.

1 Jour 2 – Approfondissement et validation

Objectifs

- Consolider les acquis
 - Fluidifier le protocole
 - Valider la capacité professionnelle
-

1. QCM théorique

Évaluation des connaissances :
principes, sécurité, bienfaits, contre-indications.

2. Révision du protocole Reprise complète du massage bébé.

3. Ajustement des gestes

- Pression adaptée
- Fluidité
- Respect du rythme du bébé

4. Ergonomie

Protection du dos et des bras du praticien.

5. Mise en situation professionnelle

Simulation de séance avec un parent et son bébé.

6. Massage complet supervisé

Chaque stagiaire réalise un massage bébé complet sous observation.

7. Évaluation finale

Grille de compétences, validation des acquis.

8. Conclusion

Bilan, échanges et clôture de la formation.

11. Modalités pédagogiques

- Présentiel
- Alternance théorie / pratique
- Démonstrations
- Pratique sur poupon
- Supports pédagogiques
- Évaluation pré et post-formation

12. Modalités d'évaluation

- Observation d'une séance
- Grille de compétences
- QCM
- Examen pratique
- Jury
- Réalisation de 10 séances entre la formation et l'examen

13. Certificat

Délivrance du certificat :

« **Pratiquer des massages bien-être – Technique corporelle Massage atelier Bébé** »
(en cas de réussite)

14. Bienfaits du massage bébé

- Amélioration du sommeil
 - Diminution des coliques
 - Meilleure digestion
 - Stimulation immunitaire
 - Développement du lien d'attachement
 - Apaisement émotionnel
-

15. Évaluation des acquis

Évaluation en fin de formation

- Observation d'une séance complète
- Évaluation de la pratique par le formateur
- Grille d'évaluation renseignée

Évaluation par jury Examen final portant sur :

- Accueil et prise en charge du client
- Observation d'une séance
- Examen oral (théorie et pratique)

Condition préalable à l'examen :

Réalisation d'au moins **10 séances par protocole**, justificatifs à fournir.

16. Résultats attendus et certificat

- Validation des compétences professionnelles
- Capacité à réaliser une séance complète en autonomie

Délivrance du certificat :

« **Pratiquer des massages bien-être** », en cas de réussite aux évaluations.

17 INDICATEUR DE RÉSULTAT Depuis 2022, à la question De manière générale, êtes-vous satisfait de la formation ? Les stagiaires interrogés dans l'ensemble des formations (373) ont répondu : Très satisfaisant : 100 %

18. Informations administratives

LM Bien-Être Formée 7 rue de la Porcelaine – 64100 Bayonne
Contact 06 59 05 79 79 lm.bienetre.formee@gmail.com

SASU au capital de 1 000 € RCS Bayonne – SIRET 913 339 222 00014 NAF 8532Z
NDA 75640536664 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État)