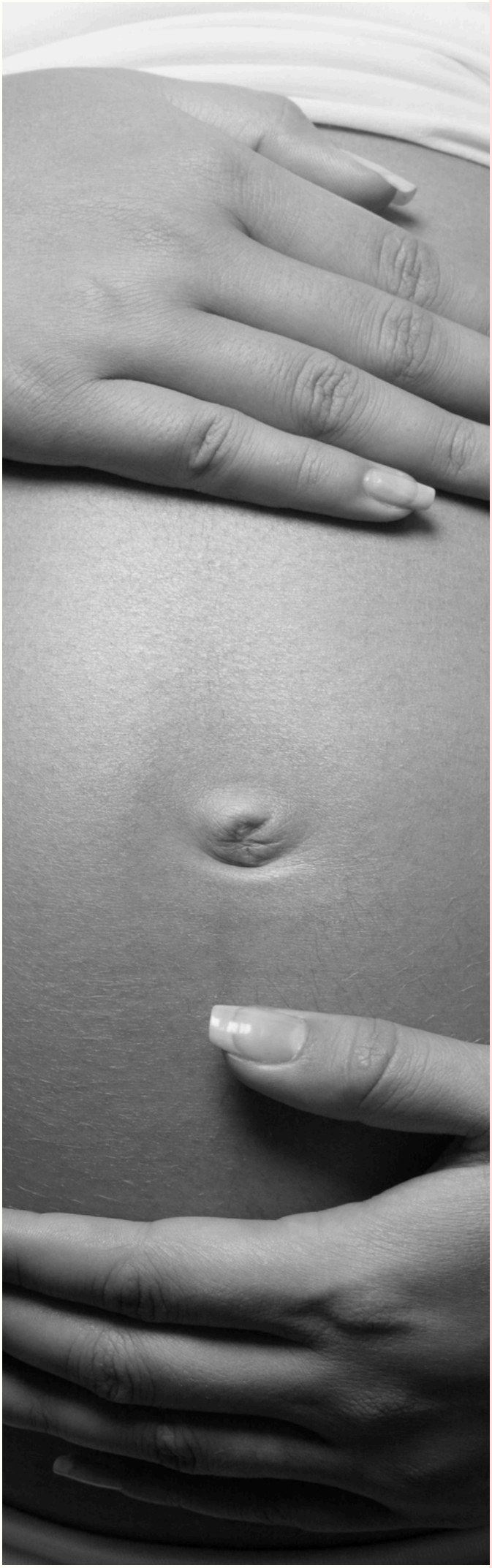
FORMATION
SOINS PRÉ ET POST NATALS

ACTION DE FORMATION

mise à jour 01/07/2026

LBDC
·centre de formation·



LBDC
·centre de formation·

Une formation professionnelle pour proposer aux futures et jeunes mères des séances de bien-être.

Formation globale sur 3 jours

Accompagner les futures mères est un métier d'exception. Savoir les accompagner grâce au soin et à l'écoute est un programme unique en France.

LBDC Formations vous propose un programme complet pour prendre soin d'elles avant la naissance de leur enfant et après !

Ce programme se base sur des techniques ancestrales tirées de l'Ayurveda mais également des soins traditionnels mexicains.

Alternant théorie et pratique dans l'esprit du centre de formation LBDC Formations, cette formation se fait avec un groupe de 15 personnes maximum dans la bienveillance et le respect de chacun.

Le troisième jour cela sera pratiquer et vivre un soin complet pré natal le matin et un soin complet post natal l'après-midi.

INFORMATIONS

Public concerné : Tout public, à partir de 18 ans - sans qualification particulière, en demande de reconversion ou de perfectionnement.

Prérequis : Aucun.
Pendant votre inscription, nous vérifions vos pré-requis, vos attentes et votre positionnement afin d'organiser au mieux votre formation.

Qualités requises : Aptitude d'écoute et d'accompagnement - Aimer le toucher, le massage, le contact

Objectifs – aptitudes – compétences :

- Accueillir et valoriser la femme dans son ensemble.
- Comprendre et savoir pratiquer les soins ancestraux pré et postnatals sur les futures et jeunes mères selon les principes de l'Ayurvéda.

Durée : 22 heures de formation sur 3 jours.

Délai d'accès : Immédiat.

Tarifs :
En financement individuel : 799€ TTC
En financement associatif : 849€ TTC
En financement professionnel : 1099€ TTC

Méthodes mobilisées :
Livrets pédagogiques fournis
Vidéo projection
Formation directe
Mises en situation
Pratique avec matériel pédagogique

Modalités d'évaluations :
-Dossiers de recherche et d'approfondissement (QCM + question « Aller plus loin »)
- Fiches de lecture
- Mise en pratique

Accessibilité :
En cas de situation de handicap, une étude de faisabilité est effectuée pour proposer une formation adaptée. Une salle répondant aux normes d'accessibilité est mise à disposition.

Le programme

Jour 1

- Accueil des stagiaires. Présentation de la formatrice, de la formation et des stagiaires.
- les massages pré-post natals dans le monde
- le massage pour les futures mamans
- Le choix de l'Ayurvéda
- Les Doshas
- Le massage selon les différentes phases de la grossesse
- Les bienfaits du massage pour les futures mamans
- Les bienfaits du massage pour le(s) bébé(s) à naître
- Technique de respiration et de relaxation
- Démonstration et pratique du massage (1) position assise

LBDC
·centre de formation·

Jour 2

- Échauffement personnel et conditions physiques
- Le déroulé d'une séance massage future maman
- Le déroulé d'une séance massage jeune maman
- Le serrage du bassin
- Accueil de la future maman (en amont et en présentiel)
- L'écoute active
- Le bain de pied
- Démonstration et pratique du massage (1 et 2) position latérale + position assise
- Démonstration et pratique du massage (3) position face antérieure

Le programme

Jour 3

- Pratique du massage complet
- Stage en présence de futures mamans (hors Covid)
- Point sur vos projets
- Développement marketing

*Le déroulé pédagogique heure par heure de la formation, peut vous être envoyé sur demande par mail.

LBDC
·centre de formation·

Nous contacter

Pour toutes demandes d'informations complémentaires, merci de prendre contact avec nous.

LBDC Formations
17 rue Colette Besson
33140 Villenave D'ornon
Siret : 828 564 849 00036
Naf : 8559 B
N° de déclaration : 75 33 15096 33
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

www.lbdcformations.fr

06.35.29.64.42

contact@lbdcformations.fr

LBDC - Centre de formations

@lbdcformations

LBDC
·centre de formation·