



**Ecole d'Ayurvéda et de Yoga**  
Thaima Veda - Ayurvéda Ô Féminin



## **FORMATION MASSAGE FEMME ENCEINTE BIEN-ÊTRE**

2 jours - 14 heures

[www.massage-ayurvedique-montauban.fr](http://www.massage-ayurvedique-montauban.fr)



Ayurvéda Ô Féminin



## Le massage Femme enceinte

Le massage femme enceinte est un massage holistique ancestral de L'Ayurvéda, issu de l'Inde du Sud. Il fait parti intégrante des soins complets de la femme enceinte durant toute sa grossesse. Il peut être pratiqué à partir du 4ième mois de grossesse, après avis médical.

**Principaux bénéfices :** il soulage les tensions et les douleurs musculaires, il permet de favoriser le sommeil, réduit les douleurs de dos (sciatique), préparer les muscles à l'accouchement, il permet la détente des articulations supportant le poids (cheville, bas du dos, bassin), il aide à maintenir une posture approprié, réduit les gonflements des mains et des pieds, active la circulation sanguine et réduit la rétention d'eau...

## Une formation pour qui ?

Cette formation se destine aux :

- personnes ayant un projet professionnel de création de cabinet.
- indépendants ou salariés travaillant dans le domaine du bien-être et qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences afin de diversifier leur prestation de services
- Particuliers qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences à titre personnel ou particuliers passionnés par le monde de l'Ayurvéda

Aucun prérequis n'est nécessaire, cette formation est ouverte à toutes et tous.

## Objectifs Professionnel de la formation

Pouvoir proposer des séances de détente et de bien-être sur la base de connaissances fondamentales en termes d'Ayurveda. Comprendre la déontologie inhérente à ce type d'activité et savoir travailler en toute complémentarité avec d'autres professionnels du bien-être et de la santé. Maîtriser gestes et postures du massage femme enceinte. Maîtriser les techniques de vendre et de conseil de cette activité, savoir accueillir la clientèle

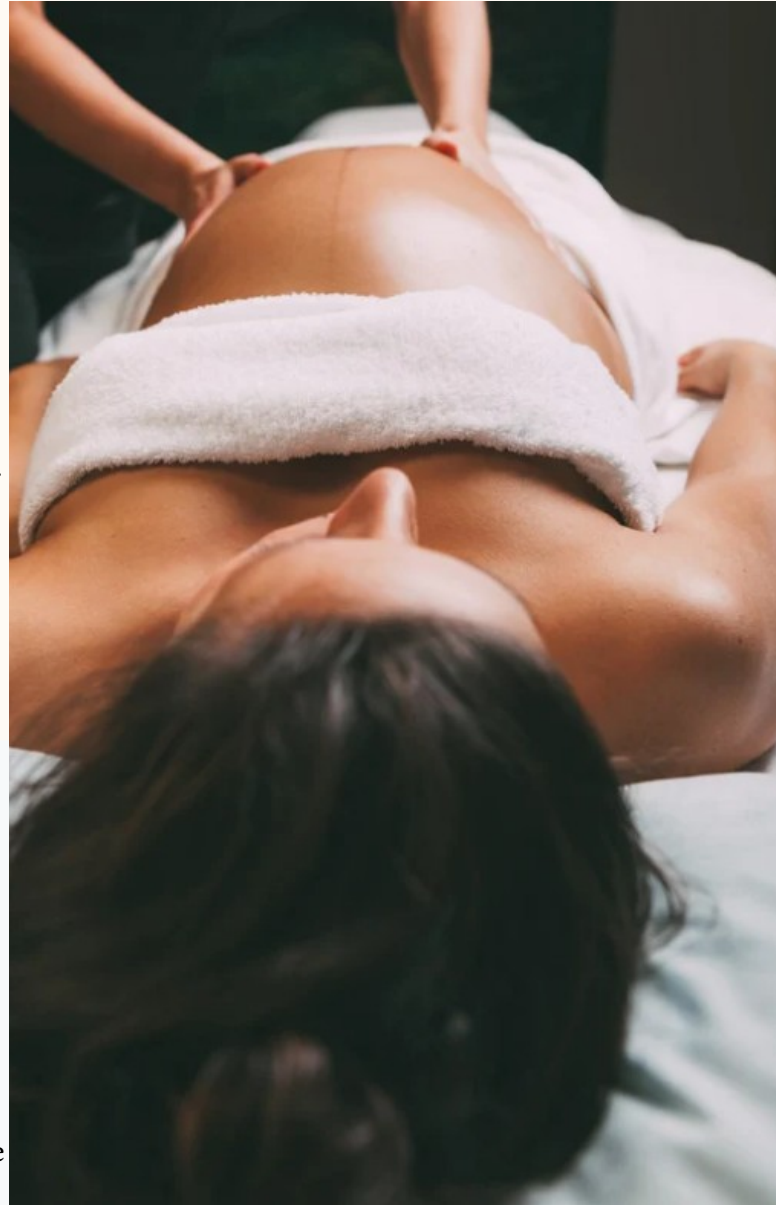
## Objectif pédagogiques de la formation

- Intégrer les bases fondamentales théoriques et pratiques inhérentes à l'Ayurveda.
- Apprendre, comprendre et savoir appliquer un protocole de massage bien-être ayurvédique femme enceinte de 60 min
- Connaître l'utilisation des huiles ayurvédiques et savoir quand et comment les adapter à la pratique.
- Connaître les bénéfices, Indications et contre-indications de cette technique.

## Programme de la formation

Les éléments théoriques abordés dans la formation sont les suivants :

- Notions de base « histoire de l'Ayurveda et Grands principes Ayurvédiques ».
- Notions de base sur les différents stades de la grossesse selon l'Ayurveda
- Apprentissage du protocole de Massage Femme enceinte Ayurvédique Bien-être (massage du crâne et visage, massage latéral en position couchée et massage du dos en position assise)
- Pratique de préparation énergétique du praticien
- Être accompagné en situation réelle en binôme de praticien(ne) pour revoir l'intégralité de protocoles en présence de la formatrice.
- Évaluation pratiques / Test de connaissances / Questions et réponses





## **Organisation Pédagogique**

La formation de massage ayurvédique abhyanga bien-être se déroule sur 2 jours soit 14 heures en présentiel.

- 10 heures d'apprentissage du protocole en binôme
- 2 heures d'apports théoriques
- 2 heures de préparation du praticien

## **Méthodes mobilisées**

Alternance d'exposés suivis de questions-réponses et d'échanges avec les participants et de mises en situation.

Exercices individuels et en sous-groupes – jeux de rôles – cas pratiques

Remise d'un support pédagogique : cours théoriques + protocoles.

Salle de formation équipée avec des matériels adaptés au cours : tables de massages, coussins, accessoires, vidéo projecteur, tableau...

## **Modalités d'évaluation**

L'évaluation des compétences est réalisée en cours de formation sous forme de mises en situation professionnelle : étude de cas, cas pratique, connaissance des protocoles, aisance dans les protocoles.

Certificat en fin de formation pour justifier de la réalisation de la formation.



## Hébergement à Proximité

Nous vous envoyons une liste d'hébergements à proximité lors de votre inscription

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est ouverte à tous accessibles aux personnes en situation de certains handicaps, contacter directement notre référent au sein de l'organisme pour vous accompagner.

Référent Handicap : Perrine Maccarano – 06 72 55 40 48 – [massage.ayurvedique.montauban@gmail.com](mailto:massage.ayurvedique.montauban@gmail.com)

## Effectif durant la formation

Cette formation est limitée à un maximum de 4 élèves maximum pour permettre un meilleur suivi.

Il est requis 2 participants minimum

## Informations Complémentaires

Lieux de formation : Centre Ayurvédique – Thaima Veda – Montauban

Horaires : 9h00 à 13h00 et 14h00 à 17h00

Modalités pratiques transmises par e-mail 10 jours avant la formation : liste des participants et matériel à prévoir.

**Individuel : 250€ € TTC Prise en charge 460€ TTC**

Ce tarif comprend tous les frais pédagogiques et le livret pédagogique. Restent à la charge du stagiaire, les frais de déplacement, de repas et d'hébergement.

Perrine MACCARANO – Massages et soins ayurvédiques – SIRET 799 010 012 0034 – Organisme de formation n° en cours d'agrément - non soumis à la TVA (article 261-7-1°-a du C.G.I)

Formatrice et dirigeante de Thaima Veda – Ayurvéda Ô Féminin - Centre de formation bien-être, Cabinet de massages et soins énergétiques - Formée à différentes pratiques de massages ayurvédiques et de soins corporels en Inde et à Paris - Perrine crée son propre protocole de massage : Massage Abhyanga ayurvédique bien-être.

Retrouver la bio de Perrine sur [www.massage-ayurvedique-montauban.fr](http://www.massage-ayurvedique-montauban.fr)

**Les prestations n'ont aucun but thérapeutique en raison de leur nature, elles ne s'apparentent à aucune manipulation en profondeur, pratique médicale ou révélant de la kinésithérapie.**



**Ecole d'Ayurvéda et de Yoga - Thaima Veda - Ayurvéda Ô Féminin**

16 rue Jules Ferry 82000 Montauban - [www.massage-ayurvedique-montauban.fr](http://www.massage-ayurvedique-montauban.fr)  
06 72 55 40 48 - [massage.ayurvedique.montauban@gmail.com](mailto:massage.ayurvedique.montauban@gmail.com) - Siren 799010012