



MODULE 4.3

MASSAGE FEMME ENCEINTE



Dernière mise à jour : 27/01/2026
Organisme de formation certifié Qualiopi

- 1 / 6 -

SOMMAIRE

- 1. Informations générales et Équipe**
- 2. Public concerné et prérequis**
- 3. Objectifs, compétences et aptitudes**
- 4. Moyens pédagogiques et techniques**
- 5. Déroulement de la formation**
- 6. Modalités d'évaluation et sanctions**
- 7. Accessibilité et Inclusion**
- 8. Indicateurs de résultats**
- 9. Matériel nécessaire**
- 10. Tarifs et délais**
- 11. Débouchés**



1. Informations générales et Équipe

Intitulé	Massage Femme Enceinte
Code Formation	4.3
Modalité	PRÉSENTIEL
Format	INDIVIDUEL
Durée totale	1 jour (7 h)
Capacité	1 personne

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE (QUALIFICATION) :

Alicia Asse : Praticienne en naturopathie, accompagnante psychocorporelle (massage bien-être et fleurs de Bach) et psychopraticienne pour parents et enfants. Spécialiste en parentalité et allaitement, riche d'une expérience de 10 ans en tant qu'auxiliaire de puériculture.

2. Public concerné et prérequis

- Aucun prérequis aussi bien en termes d'expérience, de compétences que de diplômes / certificats / titres.
- Accessible à toute personne majeure et ne présentant pas de contre-indication médicale le jour de la formation.

3. Objectifs, compétences et aptitudes

Les objectifs visés sont les suivants :

Ce module de formation s'adresse aux professionnels du bien-être et/ou de la périnatalité en devenir ou déjà installés, ou à toutes personnes évoluant dans l'accompagnement périnatal.

Il consiste en l'acquisition des connaissances relatives au massage femme enceinte, aussi bien en termes de connaissances théoriques et de techniques que de bienfaits et de contre-indications.

Ce protocole d'une durée de 60 minutes s'adresse aux femmes enceintes dès le troisième mois de grossesse révolu.

Accompagner la maternité demande une technicité spécifique pour garantir confort et sécurité. Ce module enseigne l'art du massage latéral et des positions adaptées aux évolutions physiologiques de la grossesse. Le travail sur les membres inférieurs et le dos permet de soulager les tensions physiques tout en offrant une bulle de sérénité à la

future maman.

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :

- Restituer les connaissances théoriques des stades de développement du bébé in-utéro et des changements corporels de la femme enceinte ;
- Accueillir une cliente et lui proposer une séance adaptée à l'avancement de sa grossesse, notamment en termes de positions ;
- Identifier les contre-indications et formuler les bienfaits spécifiques de la pratique ;
- Exécuter le protocole de massage du corps complet de 60 minutes et le restituer de manière hygiénique et sécuritaire, aussi bien pour le praticien que pour la cliente ;
- Adapter sa technique, son rythme et sa pression en fonction des besoins et attentes de la cliente ;
- Impliquer un parent ou un proche dans la pratique du massage.

4. Moyens pédagogiques et techniques

Les moyens pédagogiques sont les suivants :

- Pratique des entretiens sous la forme de « jeux de rôles » avec le formateur.
- Méthode d'enseignement active et participative.
- Pratique des massages sur un modèle et réception des massages par le formateur.

Les moyens techniques à disposition sont les suivants :

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement.
- Planches et schémas anatomique et des méridiens énergétiques à disposition.
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.
- Tables de massage.
- Ballon de grossesse.
- Coussin d'allaitement.

5. Déroulement de la formation

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression de la formation.

MATIN (3h00)

09h00 : Accueil jusqu'à 9h30

09h30 : Présentation du stagiaire, de son projet professionnel et du déroulé de la formation

09h45 : Introduction, le rôle du masseur et vocabulaire, les bienfaits et contre-indications

10h15 : Évolution de la grossesse, développement des sens du bébé in-utéro, organiser la séance et code déontologique

10h45 : Pause

11h00 : Démonstration du protocole des membres inférieurs en position allongée sur le dos et mise en pratique + réception

11h30 : Démonstration du protocole des membres supérieurs en position allongée sur le dos et mise en pratique + réception

12h00 : Démonstration du protocole du visage et crâne en position allongée sur le dos et mise en pratique +

réception

12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)

13h30 : Mise en pratique du protocole complet en position allongée sur le dos

14h15 : Démonstration du protocole du dos en position assise et mise en pratique + réception

15h00 : Démonstration du protocole en position allongée sur le coté gauche et mise en pratique + réception

15h45 : Pause

16h00 : Mise en pratique d'un protocole complet

17h00 : Évaluation écrite

17h15 : Bilan de fin de formation et questions-réponses

17h30 : Fin de la formation

6. Modalités d'évaluation et sanctions

Les modalités d'évaluation des acquis sont :

- Évaluation pratique en continu lors du module. Cinq critères de notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider un critère. 60 points total au minimum pour valider l'aspect pratique du module.
- Évaluation théorique écrite en fin de module. Notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider le module.

Les sanctions visées sont :

- Attestation et certificat de réalisation remis en fin de module.

7. Accessibilité et Inclusion

Personnes en situation de handicap :

Notre organisme est attentif à l'accueil des personnes en situation de handicap. Notre salle de formation est accessible par ascenseur. Notre espace de préparation étant réservé à l'équipe, un accompagnement est assuré pour vos repas et pauses. (*Nota : la configuration de notre WC intérieur ne permet pas l'accès en fauteuil roulant*). L'AGEFIPH et la RHF (Ressource Handicap Formation) sont nos partenaires référents pour étudier avec vous les modalités d'adaptation de votre accueil.

Personnes en situation précaire :

Le CCAS de Mouans-Sartoux est notre référent concernant les personnes en situation précaire.

Personnes en réinsertion ou recherche d'emploi :

France Travail est notre partenaire référent pour les personnes en recherche d'emploi ou en réinsertion.

8. Indicateurs de résultats (Performance)

Taux de réussite : 100% (Depuis 2023 et selon étude du 04/2026)

Taux de satisfaction : 99% (Depuis 2023 et selon étude du 04/2026)

9. Matériel nécessaire

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.
- Tenue souple et confortable, chaussons ou chaussettes épaisses.
- Maillot de bain (deux pièces impérativement pour les femmes) ou sous-vêtements salissables.
- Drap housse, fouta ou grande serviette (80 x 190cm minimum) pour protéger la table.
- Grande serviette (80 x 190cm minimum) ou fouta pour se couvrir.
- Serviette moyenne (40 x 80cm minimum) pour le jeu de serviette poitrine.
- Serviette essuie-main.
- Flacon d'huile végétale neutre (amande douce, noyau d'abricot, pépins de raisin...), idéalement de qualité biologique, avec poussoir
- Ballon de grossesse facultatif.
- Coussin d'allaitement facultatif.

10. Tarifs et délais

Tarifs en format individuel :

- 400 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.
- 400 € net (exempt de TVA) pour un financement par un organisme.

Délais administratifs :

- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels.
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme.

Délais d'accès à la formation :

- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle ou collective au sein de vos locaux (intra-entreprise).
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle au sein de nos locaux (inter-entreprise).

11. Débouchés

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...,
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Organisation d'ateliers et de cercles de partage.