

ECOLE BAIYUAN

Qigong-Taijiquan-Tuina



FORMATION Certifiante MASSAGE TUINA

Massage Femme enceinte et post-natal, Massage Bébé

28-29 et 30 septembre 2024 et

19-20 octobre 2024

Lieu : PARIS

J'ai conçu cette formation comme une « approche naturelle » et « globale » du toucher et des techniques manuelles du Tuina à utiliser selon les principes de la Médecine chinoise, pour accompagner la femme enceinte pendant toute sa grossesse et en période postnatale, pour soutenir les parents et pour apprendre à masser bébé.

Praticienne en massage Tuina et formatrice depuis 20 ans, je suis doula formée à :

- l'accompagnement à la Naissance, *Ecole canadienne Mère et Monde*
- l'haptonomie et à la préparation à la Naissance, *Dr Max Ploquin gynécologue-obstétricien, spécialiste de l'accouchement sans douleur, fondateur de la Maternité Montaigne de Châteauroux*
- la sophrologie, *Elisabeth Raoul sage-femme, Maternité de Notre Dame de Bonsecours*
- au massage tuina pour bébé et enfant, *Dr Kunlin Zhang, acupuncteur, masseur et enseignant d'arts internes chinois)*

pour accompagner les futurs parents sur le chemin de la parentalité.

J'ai par ailleurs expérimenté à **l'Association A3N** d'Issy-les-Moulineaux dédié à l'accompagnement des futurs parents comme bénévole l'animation d'ateliers massages, l'accompagnement et le soutien des futurs parents. Ma méthode et ma pratique se sont aussi inspirées du Dr Bernadette de Gasquet, Julie Bonapace et Blandine Calais-Germain.



Gisèle Peretti 06 70 33 42 19 www.tuinamaindejade.com

Les objectifs de la formation sur 5 jours

- Comprendre les besoins spécifiques de la femme enceinte et être à son écoute avec un massage personnalisé, pour la soulager de ses petits maux liés à la grossesse, pour l'aider à réduire son stress et sa fatigue pendant la grossesse et après l'accouchement, et pour la soutenir émotionnellement tout au long de cette période.
- Apprendre les gestes adaptés pour masser bébé, détendre et rassurer l'enfant, soulager ses tensions, communiquer et créer du lien avec les parents...
- Remise d'un certificat **30 heures** de formation

1^{er} Journée

Physiologie de la femme enceinte et ses transformations corporelles pendant les 9 mois de la grossesse : 1^{er} trimestre, 2^e trimestre, 3^e trimestre

Grossesse physiologique/ pathologique

La vision de la médecine chinoise autour de la grossesse, la fonction du « HUN » et du « PO » de la conception au post-accouchement

Accueil et installation du massage en décubitus latéral de la femme enceinte

- Les principales techniques manuelles adaptées pour soulager les maux de la grossesse, les points d'acupuncture à stimuler ou à éviter
- Massage à l'huile/ ou pas, le choix des huiles végétales

NUQUE, TRAPEZES et DOS (massage)

- Soulager les tensions et douleurs liées aux cervicales et aux trapèzes, migraines
- Tensions entre les omoplates, dorsales, et lombaires
- Réduire la fatigue et le stress

RESPIRATION, ETIREMENTS et QIGONG

2^e Journée

« Histoire de grossesse » : primipare, multipare, grossesse multiple... parcours de pma, d'une ivg, d'une fausse couche, d'un deuil périnatal, déni de grossesse...

Contexte émotionnel : besoin, écoute et soutien émotionnel de la femme enceinte, accompagnement d'un réseau de professionnels : psychologue, sage-femme, doula, médecin, consultante en lactation, ostéopathe...

BASSIN et des HANCHES (massage)

- Soulager les douleurs du sacrum, du coccyx et du nerf sciatique, ceinture pelvienne
- Réduire les douleurs de hanches, du bassin, et du périnée
- Recentrage du bassin et du bébé, positionnement du bébé, siège, siège décomplété, transverse

BERCEUSES et BALLON de NAISSANCE

DIAPHRAGME et VENTRE (massage)

- Réduire les nausées, vomissements, douleurs du diaphragme et de la cage thoracique

3^e Journée

TOUCHER HAPTONOMIQUE : exercices avec l'accompagnant /le coparent

Points d'acupuncture à utiliser et à stimuler pour préparer l'accouchement, rôle des moxas

Positions avec ballon de naissance pour préparer et favoriser l'accouchement, et stimuler la progression du bébé pendant l'accouchement

QIGONG et utilisation des sons pour préparer l'accouchement

BRAS et MAINS (massage)

- réduire les fourmillements dans les mains, crampes, etc

JAMBES et des PIEDS (massage)

- soulager les tensions des jambes : œdèmes, rétention d'eau, problèmes circulatoires,
- localiser les points d'acupuncture à stimuler

4e Journée

Accompagner l'état physique et émotionnel de la mère après l'accouchement, fatigue, rencontre avec bébé, allaitement, dépression post-partum

Chemin vers la parentalité : rôle et soutien du coparent, contexte d'une maman isolée...

MASSAGE POST-NATAL en fonction d'un accouchement par voie basse, césarienne, ou AVAC

- Masser la cicatrice de césarienne
- Resserrage et centrage du bassin

5e Journée

MASSAGE TUINA du Bébé selon la médecine chinoise

Le massage du nourrisson avant 6 mois : la digipression sur les mains de bébé en fonction des maux de bébé

Le massage du bébé après 6 mois : séquence massage complet du corps de bébé

TARIFS : 780 euros pour les 5 jours

LIEU de la FORMATION : PARIS

HORAIRES : 9H30 – 16H30/17h

Inscription FORMATION

MASSAGE TUINA FEMME ENCEINTE – POSTNATAL et MASSAGE BEBE

Nom et Prénom :

Adresse :

Portable :

Mél :

Vos connaissances et votre pratique sur le sujet :

Vos motivations :

Je m'inscris à la formation et je verse mon règlement :

Règlement : 780 euros

*à envoyer et libeller à **Gisèle PERETTI , 154, Rue Ordener 75018 Paris***

Demande de Facture

Dates et Signature :

Votre inscription est validée par mél dès réception de votre formulaire d'inscription et de votre règlement