



Parcours spécialisé - 1

Concevoir et déployer un accompagnement corporel et alimentaire du post-partum

1. Finalité de la formation

Ce parcours de spécialisation vise à permettre aux professionnel.les de la périnatalité et parentalité de concevoir et déployer un accompagnement corporel et alimentaire structuré du post-partum, dans un cadre non médical, éthique et professionnel.

2. Public visé

- Accompagnant.es périnatales / postnatales/ doulas
- Infirmièr.es, AP, TISF, CESF
- Professionnel-le-s de la petite enfance et du social
- Professionnel-le-s de la relation d'aide

3. Prérequis

- Être formé.e ou en cours de formation dans le champ périnatal.

4. Objectifs pédagogiques globaux

À l'issue du parcours, le/la stagiaire sera capable de :

- Concevoir un accompagnement postnatal intégrant pratiques corporelles et soutien alimentaire.
- Réaliser un massage postnatal et un soin rituel dans un cadre sécurisé.
- Mettre en œuvre des prestations de cuisine postnatale et des conseils alimentaires non médicaux.
- Structurer une offre premium autour du post-partum dans le respect du cadre d'intervention.

5. Durée et organisation

- Format : hybride présentiel + distanciel (Classe virtuelle + e-learning)
- Lieu présentiel : Montpellier
- 12 participantes maximum par parcours.
- Pour les pratiques immersives (massage postnatal, rebozo, cuisine postnatal), le groupe est scindé en 2 sous-groupes de 6 participant-e-s afin de garantir un apprentissage fin et supervisé.

Durée totale : 82h30 heures totales dont 63h00 en présentiel et 19h30 en distanciel

Temps collectif (4H30)

Réunion de pré-rentree (1h30 – distanciel)

- Présentation du cadre pédagogique (objectifs, règles de fonctionnement, modalités).
- Clarification des attentes et recueil des besoins (positionnement).
- Positionnement professionnel : cadre d'intervention, limites, posture.
- Organisation logistique : calendrier, matériel requis, modalités de participation.

Réunion de clôture (3h – distanciel)

- Retours d'expérience
- Ajustements professionnels
- Positionnement de l'offre
- Projection et intégration dans la pratique

Classe virtuelle (1H – mi-parcours)

- Approfondissement pratique
- Questions-réponses
- Intégration terrain

6. Programme détaillé

Module 1 – Cadre éthique, déontologie et posture inclusive

Durée

1h30 (distanciel)

Objectifs visés

- Clarifier son cadre éthique et sécuriser sa pratique inclusive.
- Identifier ses biais (implicites) et ajuster sa posture.
- Adopter un langage et des comportements professionnels non discriminants.

Contenus pédagogiques (détaillés)

- Cadre légal et déontologique ; responsabilité et limites d'intervention.
- Notions : biais, privilèges, discriminations, micro-agressions ; impacts sur l'accompagnement.
- Posture inclusive : sécurité relationnelle, accueil du vécu, consentement.
- Études de cas : situations sensibles et décisions professionnelles.

Module 2 – Massage postnatal : protocole, sécurité et posture du toucher

Durée

3 jours – 21 h (présentiel – 2 groupes de 6)

Objectifs visés

- Comprendre les transformations physiques et émotionnelles du postpartum pour adapter leur posture professionnelle.
- Maîtriser les techniques de massage spécifiques à la récupération postnatale (dos, bassin, ventre, jambes, etc.).
- Adapter leur pratique aux besoins particuliers des jeunes mères, en respectant leur physiologie et leur vécu.
- Créer un cadre d'accompagnement bienveillant, sécurisant et respectueux dans une approche globale et personnalisée.

Contenus pédagogiques

- Physiologie du corps postnatal
- Cadre sécuritaire : installation, ergonomie, hygiène, contre-indications, précautions.
- Protocoles : enchaînements, pressions, rythmes, zones de vigilance, respiration.
- Adaptations : cicatrices, tensions, allaitement, émotions, rythme de la mère.
- Communication pendant le soin : consentement continu, langage, clôture de séance.
- Supervision : entraînements guidés, feedbacks, grilles d'observation.

Module 3 – Clôture postnatale – Approche avec le rebozo

Durée

3 jours – 21 h (présentiel - 2 groupes de 6)

Objectifs visés

- Mettre en œuvre d'un soin postnatal structuré (préparation, déroulé, clôture) en sécurité.
- Encadrer la dimension symbolique et émotionnelle sans confusion thérapeutique.
- Intégrer le rituel dans une prestation cohérente (cadre, durée, tarif, messages).

Contenus pédagogiques

- Origines, intention et éthique des soins Rebozo ; précautions et limites.
- Techniques de base : bercements, resserrage, enveloppement, sécurité des appuis.
- Consentement, intimité, confort ; gestion des émotions et du récit.
- Scénarisation : accueil, check sécurité, déroulé, intégration, clôture.
- Structurer une offre professionnelle
- Supervision : mises en situation et débriefings.

Module 4 – Alimentation périnatale

Durée

2 jours – 12h 30 (distanciel)

Objectifs visés

- Conduire un entretien alimentaire non médical (recueil, priorisation, limites).
- Formuler des recommandations générales adaptées et orienter si besoin.

Contenus pédagogiques

- Besoins nutritionnels périnataux (repères, signaux, limites) ; langage sécurisé.
- Entretien : questions utiles, reformulation, objectifs réalistes, traçabilité.
- Cadre d'accompagnement non médical
- Posture d'accompagnement en nutrition
- Communication éthique : promesses, formulations, prévention des dérives.

Module 5 – Cuisine postnatale : prestations à domicile et transmission aux familles

Durée

3 jours – 21 h (présentiel - 2 groupes de 6)

Objectifs visés

- Concevoir une prestation de cuisine postnatale (préparation, organisation, hygiène).
- Adapter les préparations aux besoins du post-partum (récupération, énergie, confort).
- Transmettre aux familles des repères pratiques (menus, conservation, routine).

Contenus pédagogiques

- Principes et fondements de l'alimentation postnatale (généralistes, non médicaux) : chaleur, densité, hydratation.
- Hygiène et sécurité en cuisine à domicile : organisation, conservation, traçabilité.
- Recettes : bouillons, porridges, plats mijotés, collations, boissons ; variantes.
- Organisation d'intervention à domicile : liste de courses, timing, matériel, coûts, gestion du domicile.
- Pédagogie de transmission : fiches recettes, conseils pratiques aux familles
- Atelier pratique

7. Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques structurés et contextualisés au terrain professionnel.
- Pédagogies actives : études de cas, ateliers, travaux de groupe, co-développement.
- Démonstrations et entraînement guidé (quand applicable) avec feedback immédiat.
- Mises en situation professionnelles supervisées et analyse réflexive.
- Travaux d'intersession : Ateliers expérientiels, travail en binôme, Études de cas
- Temps d'intégration collective

8. Moyens pédagogiques et techniques

- Supports : diaporamas, fiches repères, protocoles, bibliographie/sitographie, grilles d'observation.
- Outils d'évaluation : grilles critériées, études de cas, trames d'entretien, auto-évaluation.
- Plateforme LMS Digiforma: Visioconférence sécurisée pour les séquences distancielles synchrones (pré-rentree, clôture, classes virtuelles, et séquences e-learning le cas échéant).

9. Modalités d'évaluation des acquis

- Évaluation diagnostique : questionnaire/échange de positionnement en amont et en début de parcours.
- Évaluation formative : observations lors des mises en situation, feedbacks, quiz/retours d'analyse, observation des gestes techniques.
- Évaluation sommative : étude de cas + mise en situation pratique (cuisine, rebozo, massage postnatal) + livrable (protocole de soin).
- Traçabilité : grilles critériées, compte-rendu d'évaluation, attestation de fin de formation.

10. Modalités et délais d'accès

- Pré-inscription en ligne avec le formulaire disponible sur notre site
- Validation de la candidature avec la responsable administrative (avec, ou non, entretien de positionnement concernant les prérequis d'entrée en formation) - récupération des documents annexes si nécessaires
- Quand les éléments administratifs et financiers sont validés, entretien d'adéquation des besoins en visioconférence.
- Vous recevez ensuite un mail avec envoi des éléments suivants : programme, règlement intérieur, CGV et contrat ainsi que les modalités de paiement pour l'acompte et les frais de dossier.
- Validation commune de votre entrée en formation, ou report.
- Une fois le seuil minimal de participant.es atteint, on envoie la convocation à la formation.

11. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

- La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.
- Un entretien préalable, sur la demande du stagiaire, permet d'identifier les besoins spécifiques et de proposer des aménagements (rythme, supports, modalités d'évaluation, accessibilité des locaux, etc.).
- Un référent handicap est mobilisable tout au long du parcours.

12. Suivi et amélioration continue

- Feuilles d'émargement (présentiel) et traçabilité de connexion (distanciel).
- Évaluation à chaud : questionnaire de satisfaction et recueil des points forts/axes d'amélioration.
- Évaluation à froid (3 à 6 mois) : enquête sur la mise en œuvre des acquis en situation professionnelle.
- Analyse des retours et plan d'amélioration continue (revue annuelle).

13. Profil des formateurs

Les formations sont animées par des professionnels expérimentés justifiant :

- d'une expérience professionnelle significative dans leur domaine d'expertise ;
- d'une pratique active auprès du public concerné ;
- de compétences pédagogiques adaptées à la formation d'adultes ;
- d'une actualisation régulière de leurs connaissances par la formation continue, la veille professionnelle et la supervision.

14. Indicateurs de résultats

Dans une démarche de transparence et d'amélioration continue, les indicateurs suivants sont suivis pour chaque parcours :

- Taux de satisfaction des participant.es (évaluation à chaud)
- Taux d'achèvement de la formation
- Taux de mise en œuvre des compétences en situation professionnelle (évaluation à froid à 3 à 6 mois)

Les indicateurs sont analysés annuellement dans le cadre de la revue qualité de l'organisme.

Centre de formation Envol & Matrescence



Site internet

envol-et-matrescence.com

Email

contact@envol-et-matrescence.com

Téléphone

09 55 47 85 04

Adresse

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier



Suivez-nous

