



Lauren  
Cipriani

Ô cœur de la famille

F.A.M.M  
PROGRAMME  
Formations Accompagnements  
& Massages Maternité



# Massage bien être postnatal Peau à Peau Maman-Bébé



**Informations organisme de formation:**

Lauren Cipriani "Centre périnatal Alsace"

Lieu de formation : 3 rue de Lorraine 68180 Horbourg Wihr

Téléphone : 06.08.46.15.81

Email professionnel : [bonjour@laurencipriani.com](mailto:bonjour@laurencipriani.com)

Siret : 94924104600059

Entreprise Alsacienne - Marque partagée :



### Structure du document :

Formation “Massage bien-être postnatal peau à peau maman-bébé” – 2 jours (12h)

1. Objectifs pédagogiques
2. Programme détaillé (Jour 1 / Jour 2)
3. Moyens pédagogiques et techniques

## PROGRAMME DE FORMATION

**Durée : 2 jours (12h)**

**Format : Présentiel uniquement**

**Public visé :** Professionnels de la petite enfance, accompagnants périnataux, doulas, ou toute personne souhaitant se former à la pratique du massage bien-être postnatal peau à peau maman bébé.

**Pré-requis :** Avoir suivi la formation massage prénatal pour garantir une approche sécurisée de la physiologie maternelle et du lien mère-bébé.

**Tarif de lancement (jusqu'en Juin 2026): 450€**

### Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Appliquer les principes de **sécurité essentiels** au massage peau à peau, incluant la position sécurisée de la maman et du bébé.
- Comprendre la **physiologie postnatale et les besoins** de récupération de la maman.
- Accompagner la maman dans une **approche bienveillante, respectant son rythme**, ses **émotions** et son vécu post-accouchement.

- Aider à **positionner maman et bébé** pour un contact peau à peau optimal, y compris lors de **l'allaitement allongé**.
- Identifier et favoriser les **bienfaits émotionnels et relationnels du peau à peau** pour la maman et le bébé.
- Adopter une **posture professionnelle**, sécurisante et respectueuse, centrée sur le confort, la sécurité et le bien-être du duo mère-bébé.
- Soutenir la maman dans sa récupération physique et émotionnelle après l'accouchement.
- **Réalisation d'un protocole de massage d'une durée d'une heure.**

## Contenu détaillé de la formation

### Jour 1 – 7 heures

#### Matin (3h)

- **Accueil** des participants et présentation de la formation
- **Fondements du peau à peau postnatal :**
  - bienfaits physiques et émotionnels pour la maman
  - lien affectif et sécurité du bébé
  - contre-indications et règles de sécurité
- **Physiologie postnatale :**
  - récupération corporelle et zones de tension
  - impacts émotionnels de l'accouchement
  - besoins du bébé pour un contact sécurisant
- **Sécurité et adaptations :**
  - positions confortables pour la maman et le bébé
  - installation sécurisée sur le lit, fauteuil ou tapis
  - observation des signaux verbaux et non verbaux
- **La posture de l'accompagnante :**
  - **écoute active** et soutien émotionnel
  - création d'un espace sécurisant et rassurant

#### Après-midi (4h)

- **Apprentissage pratique :**
  - aide à l'installation de la maman et du bébé en peau à peau
  - ajustements selon le confort, la récupération et le rythme du bébé
  - peau à peau et allaitement allongé, si la maman allaite
  - accompagnement des émotions post-accouchement
- **Apprentissage du protocole de massage**

### Jour 2 – 5 heures

#### Matin (3h)

- **Révision et consolidation** des acquis de la veille
- **Ajustements individualisés** selon besoins physiques et émotionnels
- **Temps d'échanges et retours d'expérience :**

- ressentis de la maman
- posture professionnelle
- observations et conseils pratiques pour l'accompagnement

## Après midi (2h)

- **Mise en pratique complète** : aide à positionner maman et bébé pour peau à peau sécurisé et réalisation d'un protocole de massage entier

## Moyens pédagogiques et techniques

- Alternance d'**apports théoriques et pratiques**
- **Démonstrations par la formatrice et pratique** guidée individuelle
- **Supports pédagogiques remis** : livret écrit et vidéos
- **Matériel fourni** : coussins, tapis, matériel d'hygiène
- **Formation en petit groupe (maximum 2 personnes)** pour garantir un accompagnement individualisé et sécurisé

## Suivi post-formation

- Groupe d'échanges entre participantes
- Possibilité de contact direct avec la formatrice pour soutien et conseils professionnels

## Modalités d'évaluation

- **Quiz de validation des connaissances** (sécurité, physiologie, posture professionnelle)
- **Observation en situation pratique** : installation sécurisée de maman et bébé en peau à peau et réalisation d'un protocole de massage entier
- **Questionnaire de satisfaction** en fin de formation

## Encadrement pédagogique

**Formatrice** : Lauren Cipriani

**Fonction** : Fondatrice du programme de formations "FAMM", doula certifiée & conseillère allaitement

## Modalités administratives

- **Attestation de formation** remise à l'issue du parcours
- **Nombre de participants** : maximum 2 personnes par session
- **Lieu de formation** : 3 rue de Lorraine, 68180 Horbourg-Wihr
- **Hébergement**: possibilité d'hébergement sur le lieu de formation. Se rapprocher de la formatrice pour plus d'informations.

# FICHES D'ÉVALUATION ET ATTESTATION – MASSAGE PEAU À PEAU MAMAN-BÉBÉ

## FICHE D'ÉVALUATION DU STAGIAIRE

**Nom du stagiaire :** .....

**Date de la formation :** .....

**Formatrice :** Lauren Cipriani Sacquépée

Compétence observée	Acquis	En cours	Non acquis
Connaît les règles de sécurité pour le peau à peau postnatal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comprend la physiologie postnatale et les besoins de récupération de la maman	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aide à positionner maman et bébé de manière sécurisée	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Accompagne la maman dans ses émotions post-accouchement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sait installer la maman pour un allaitement allongé en peau à peau	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Adopte une posture professionnelle, sécurisante et bienveillante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Commentaires de la formatrice :**

.....  
.....

**Signature du stagiaire :** \_\_\_\_\_

**Signature de la formatrice :** \_\_\_\_\_

## ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Je soussignée, **Lauren Cipriani Sacquépée**, formatrice en accompagnement périnatal,  
atteste que :

**Nom du stagiaire :** .....

a suivi la formation intitulée :

**"Massage peau à peau maman-bébé"**

d'une durée de 10 heures (1 jour et demi), dispensée en présentiel à **3 rue de Lorraine, 68180  
Horboung-Wihr**,

du **[date de début]** au **[date de fin]**.

Cette formation a permis au stagiaire d'acquérir :

- les connaissances et compétences pour **installer et accompagner maman et bébé en peau à peau** de manière sécurisée ;
- la capacité à soutenir la maman dans sa récupération physique et émotionnelle post-accouchement ;
- les compétences pour accompagner un **allaitement allongé en peau à peau**, si la maman allaite ;
- une posture professionnelle fondée sur l'écoute, la bienveillance et la sécurité du duo mère-bébé.

**Fait à** ● [lieu], le ● [date]

**Signature de la formatrice :** .....

**Cachet / Logo (si applicable)**