



# L'Ecole de référence en périnatalité.

POUR LE BIEN NAÎTRE ET LE BIEN-ÊTRE  
DES PROFESSIONNEL(LE)S DE SANTÉ

CATALOGUE  
**2025**

L'Ecole du Bien Naitre est une référence dans l'univers de la formation périnatale. Nous formons des professionnels de santé et de la Petite Enfance à l'échelle nationale et à l'internationale.

Constituant une figure incontournable dans le domaine de la formation périnatale, notre mission est de promouvoir le bien naître, mais aussi, le bien grandir de l'enfant en élargissant notre savoir-faire au bénéfice de formations autour des 1000 premiers jours et dans le secteur de la Petite Enfance. Ainsi, l'Ecole devient l'Ecole du Bien Naitre et du Bien Grandir.

Elle a pour idée phare d'effectuer une réflexion et un travail de fond : tant au niveau des besoins profonds du bébé, du jeune enfant et de sa famille, qu'au niveau des acteurs du réseau et des décideurs.

L'Ecole du Bien Naitre et du Bien Grandir propose de former les professionnels périnataux et de l'accueil du jeune enfant d'aujourd'hui et de demain. Nous agissons en parallèle pour faire évoluer les pratiques et les politiques autour de la santé, du bien-être de l'enfant et de sa famille.

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social » (OMS)

Conscients des enjeux de cette période sensible de la vie humaine et si déterminante pour l'adulte en devenir, notre approche se veut intégrative prenant en compte les aspects psychocorporels et émotionnels de l'accompagnement périnatal et parental ainsi que du développement et de l'épanouissement du bébé et de sa famille.

Nous sommes convaincus que le Bien Naître et le Bien Grandir du bébé ne peut aller sans le Bien-Etre de ceux qui l'accompagnent : les parents, les professionnels et le réseau qui les entourent.



15 000

ÉLÈVES FORMÉS EN  
FRANCE ET À  
L'INTERNATIONAL



60

FORMATIONS AU  
CATALOGUE



300

MATERNITÉS  
FORMÉES



50

EXPERTS  
RÉFÉRENTS



700

M<sup>2</sup> DÉDIÉS À LA  
FORMATION  
2



# UNE EXPERTISE UNIQUE.

**PARCE QUE CHAQUE FORMATION  
NÉCESSITE UNE EXPERTISE UNIQUE.**

Nos formateurs disposent au minimum d'une expertise de plus de 10 années dans leur domaine d'activité pour transmettre à nos apprenants un savoir-faire d'excellence.

Ils sont auteurs, conférenciers, chefs de service...

Ils répondent tous à notre philosophie : celle d'apporter une dimension psycho-affective aux soins du nouveau-né.

50

EXPERTS

60

FORMATIONS





# Devenez AMBASSADRICE BIEN NAÎTRE EDBN©

LE RÉSEAU EXPERT EN  
ACCOMPAGNEMENT  
PÉRINATAL



[Demande d'information](#)



# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir AMBASSADRICE BIEN NAÎTRE EDBN©

Les Ambassadrices du Bien Naître sont des professionnel(le)s de santé et périnatalité diplômé(e)s d'Etat qui proposent, à travers la France et à l'International, un soutien et un accompagnement d'excellence aux parents.

Leur rôle est déterminant et essentiel dans notre société pour garantir l'épanouissement des adultes de demain.

## Le parcours de formation

*En visio & présentiel - 12 jours non consécutifs*

80 heures de formation au choix



**AMBASSADRICE BIEN NAÎTRE**



## Objectifs de ce parcours

- ★ Acquérir des compétences communes et un discours homogène auprès des parents
- ★ Répondre aux questionnements et aux peurs des parents



# INTÉGREZ LE CLUB PRIVÉ DES AMBASSADRICES BIEN-NAÎTRE



VOUS ÊTES :

- Professionnel(le) de santé diplômé(e) d'Etat.
- Votre métier fait partie de la liste d'éligibilité pour accéder au titre d'Ambassadrice Bien Naître.
- Vous avez réalisé 80 heures de formation (hors parcours lance-toi) à l'Ecole du Bien Naître ?

**VOUS AVEZ DONC LA POSSIBILITÉ DE DEVENIR OFFICIELLEMENT  
AMBASSADRICE BIEN NAÎTRE.**

## AVANTAGES EXCLUSIFS DU CLUB

### Mes premiers jours ♥

Bénéficier du titre « Ambassadrice du Bien Naître » et être référencé(e) sur le site mespremiersjours.com.



Être mis en avant sur nos supports de communication.



Participer à notre tournée en région pour rencontrer des futurs et jeunes parents.



Participer à des rendez-vous ambassadrices (1/trimestre en visioconférence).



Participer à des Masterclass, soirées mentoring pour monter en compétence.



Intégrer un groupe privé Facebook des Ambassadrices Bien Naître.

**Scannez pour  
effectuer votre  
demande**

Conditions d'inscription  
sur le document\*



# SOMMAIRE



# SOMMAIRE

## PARCOURS THÉMATIQUES

Parcours monitrice de portage	57
Parcours facilitatrice en allaitement	43
Parcours coach sommeil EDBN	39
Parcours hpto bien naître EDBN	19
Parcours praticienne thérapeutique bain bébé	33
Parcours praticienne en réflexologie bébé émotionnelle	53
Parcours praticienne en massage holistique du féminin	86



## GROSSESSE

Massage femme enceinte	14
Accompagner la grossesse et le post-partum	15
Initiation aux empreintes émotionnelles de la vie prénatale et de la naissance	16
Deuil périnatal	17
Hypno Bien Naître : accompagnement holistique	18
Hpto Bien Naître niveau 1 : la communication affective par le toucher	21
Hpto Bien Naître niveau 2 : l'accompagnement affectif à la naissance	22
Au coeur de l'in utéro	23
Les bases de la nutrition en naturopathie pour accompagner la grossesse	24
Les outils naturopathiques au service de la grossesse et du post-partum	25
Shiatsu et maternité	26
Animer un atelier de méditation périnatale	27
Troubles de la fertilité	28
De l'intra utérin à l'extra utérin : adaptation du nouveau-né	29
Mener à bien un entretien préalable à l'accompagnement perinatal	30



## NAISSANCE

Thalasso Thérapeutique Bain Bébé	35
Massage bébé et guidance parentale	36
Bain enveloppé et les besoins psycho-affectifs du nouveau-né	37
Les fondamentaux du sommeil de la naissance à 3 ans - niveau 1	40
Accompagnatrice autour du sommeil de la naissance à 3 ans - niveau 2	41
Allaitement maternel - Les indispensables	45
Allaitement maternel perfectionnement	46
Atelier allaitement	47
Allaitement et prématurité	48
Tire-allaitement	49
Cas cliniques allaitement : repérer tôt, agir vite	50
Le sevrage	51
Réflexologie bébé émotionnelle - niveau 1	54
Réflexologie bébé émotionnelle - niveau 2	55
Portage initiation	58
Monitrice de portage	59
Les indispensables de la puériculture	60
Les bases indispensables de l'accompagnement périnatal	61
Allaitement et travail	62
Naturopathie et puériculture	63
L'attachement et les besoins émotionnels du bébé	64
Les pleurs du nourrisson : les comprendre et les accompagner	65



# SOMMAIRE

## NAISSANCE



Processus de paternité : comment accompagner les pères	66
Comprendre le bébé prématuré pour mieux en prendre soin	67
L'éclairage des neurosciences pour mieux comprendre et accompagner le tout petit	68
Adapter son accompagnement face à la pathologie et au handicap	69
Hygiène de vie de la femme allaitante	70

## POST PARTUM



Massage post-natal	72
Soin Rebozo	73
Yoga post natal	74
Hapto Bien Naître niveau 3 : l'accompagnement affectif en post natal	75
Sophrologie : un outil d'accompagnement post natal pour la mère et l'enfant	76

## BIEN GRANDIR



Diversification alimentaire et DME	78
Créer et animer un atelier de prévention des accidents domestiques et gestion de l'urgence à destination de parents	79
Motricité éveil	80
Communication enrichie par les signes	81
Massage enfant (de 5 à 12 ans)	82

## BIEN ÊTRE DE LA FEMME



Rééquilibrage émotionnel par la réflexologie	84
Kobido Renaissance	87
Massage ayurvédique	88
Nutrition niveau 1 - l'alimentation à tous les cycles : focus sur l'inflammation et le microbiote intestinal	89
Nutrition niveau 2 - stress oxydant, micronutriments et équilibre hormonal liés à l'alimentation	90

## ACCOMPAGNEMENT DES PROFESSIONNELS



Apprendre à communiquer sur les réseaux en tant qu'accompagnant(e) périnatal(e)	92
Créer son entreprise et développer sa communication en tant qu'accompagnant(e) périnatal(e)	93



L'ÉCOLE DU  
BIEN NAÎTRE

# Méthodes EDBN©

**DÉCOUVREZ  
NOS 8 TITRES  
EXCLUSIFS**

Découvrez nos parcours et titres EDBN pour transformer votre savoir-faire en métier.

Intégrez l'école référente en périnatalité :  
20 000 professionnel(le)s et plus de 400 maternités.

## **REJOIGNEZ**

Une communauté de professionnel(le)s engagés pour un partage unique de pratiques et d'expériences.

**ACCÉDEZ** à nos **MÉTHODES** exclusives EDBN transmises par les meilleurs experts de la périnatalité.



# 8 TITRES EXCLUSIFS

## DEVENEZ

PRATICIENNE  
THÉRAPEUTIQUE BAIN  
BÉBÉ©



UNE MÉTHODE  
UNIQUE, POUR UN  
SOIN UNIQUE.  
300 MATERNITÉS FORMÉES.  
COMMISSION SCIENTIFIQUE

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

AMBASSADRICE DU  
BIEN NAÎTRE©



LE RÉSEAU EXPERT EN  
ACCOMPAGNEMENT  
PÉRINATAL

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

FACILITATRICE  
ALLAITEMENT  
EDBN©



LE PARCOURS  
RÉFÉRENT EN  
ALLAITEMENT.

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

ACCOMPAGNATRICE  
SOMMEIL EDBN©



LA MÉTHODE DE  
COACHING EN  
SOMMEIL DE BÉBÉ.

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

MONITRICE DE  
PORTAGE EDBN©



PARCOURS PORTAGE  
PHYSIOLOGIQUE ET  
ATTACHEMENT

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

PRATICIENNE EN  
RÉFLÉXOLOGIE BÉBÉ  
ÉMOTIONNELLE  
EDBN©



UNE TECHNIQUE  
UNIQUE COMBINANT  
ART ANCESTRAL ET  
ACCOMPAGNEMENT  
DES ÉMOTIONS.

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

PRATICIENNE EN  
MASSAGE HOLISTIQUE  
DU FEMININ©



LES MÉTHODES DE  
MASSAGE HOLISTIQUE  
POUR LA FEMME

 [en savoir plus](#)

## DEVENEZ

HAPTO BIEN  
NAITRE EDBN©



LES TECHNIQUES D'HAPTO  
BIEN NAITRE LORS DES  
ACCOMPAGNEMENTS PRÉ  
ET POST NATAUX

 [en savoir plus](#)



# EFFECTUEZ VOS FORMATIONS À LA CARTE OU RÉSERVEZ NOS 4 PACKS DE FORMATIONS

## PACK LES INDISPENSABLES DE L'ACCOMPAGNANTE PÉRINATALE

*16 heures de formation non consécutif*

Formation  
e-learning  
offerte  
d'une valeur  
de 90€

Formations intégrées au pack :

- CREER SON ENTREPRISE ET DEVELOPPER SA COMMUNICATION EN TANT QU'ACCOMPAGNANT(E) PERINATAL(E)
- ACCOMPAGNER LA GROSSESSE ET LE POST PARTUM
- LES BASES INDISPENSABLES DE L'ACCOMPAGNEMENT PERINATAL
- LES INDISPENSABLES DE LA PUERICULTURE
- ALLAITEMENT MATERNEL - LES INDISPENSABLES
- MASSAGE BEBE
- LE BAIN ENVELOPPE ET LES BESOINS PSYCHO AFFECTIFS DU NOUVEAU NE
- LES PLEURS DU NOURRISON : LES COMPRENDRE ET LES ACCOMPAGNER
- LES FONDAMENTAUX DU SOMMEIL DE LA NAISSANCE A 3 ANS

OU CRÉEZ  
VOTRE PACK  
SUR MESURE

### PACK 7 JOURS

Créez votre pack sur mesure  
avec les formations de votre  
choix !

*7 jours de formation non  
consécutifs*

**7% de remise sur votre pack**

### PACK 10 JOURS

Créez votre pack sur mesure  
avec les formations de votre  
choix !

*10 jours de formation non  
consécutifs*

**10% de remise sur votre pack**

### PACK 14 JOURS

Créez votre pack sur mesure  
avec les formations de votre  
choix !

*14 jours de formation non  
consécutifs*

**12% de remise sur votre pack**

## GROSSESSE

14

MASSAGE FEMME ENCEINTE

15

ACCOMPAGNER LA GROSSESSE ET LE POST PARTUM

16

INITIATION AUX EMPREINTES ÉMOTIONNELLES DE LA VIE PRÉNATALE ET DE LA NAISSANCE

17

DEUIL PÉRINATAL

18

HYPNO BIEN NAÎTRE : ACCOMPAGNEMENT HOLISTIQUE

21

HAPTO BIEN NAÎTRE NIVEAU 1 : LA COMMUNICATION AFFECTIVE PAR LE TOUCHER

22

HAPTO BIEN NAÎTRE NIVEAU 2 : L'ACCOMPAGNEMENT AFFECTIF À LA NAISSANCE

23

AU CŒUR DE L'IN UTERO

24

LES BASES DE LA NUTRITION EN NATUROPATHIE POUR ACCOMPAGNER LA GROSSESSE

25

LES OUTILS NATUROPATHIQUES AU SERVICE DE LA GROSSESSE ET DU POST-PARTUM

26

SHIATSU ET MATERNITÉ

27

ANIMER UN ATELIER DE MÉDITATION PÉRINATALE

28

TROUBLES DE LA FERTILITÉ

29

DE L'INTRA UTÉRIN À L'EXTRA UTÉRIN : ADAPTATION DU NOUVEAU-NÉ

30

MENER À BIEN UN ENTRETIEN PRÉALABLE À L'ACCOMPAGNEMENT PÉRINATAL

GROSSESSE

# Massage femme enceinte

Parce que 9 mois c'est long ! Les femmes enceintes ont le dos sensible, les jambes lourdes et sont fatiguées en fin de journée. Le massage est l'un des meilleurs moyens pour se détendre, se relaxer sur le plan physique et émotionnel.

Votre mission : comprendre les besoins et la physiologie des jeunes mamans, les méthodes de relaxation !

La formation démarre par un réveil énergétique et un auto-massage qui permettront de poser les bases d'un massage de bien-être réussi (manœuvres, principes de base, rythme, pression...) et plus spécifiquement du massage de la femme enceinte. Vous apprendrez à masser en position latérale, dorsale et assise. L'objectif étant l'apprentissage de la qualité de toucher nécessaire à un bon massage.



## Objectifs

- Maîtriser les techniques et les gestes de massage de la femme enceinte grâce à une vraie pratique en binôme
- Connaitre les contre-indications rencontrées chez la femme enceinte
- Approche psycho émotionnelle de la future maman
- Recommandations pour une installation optimum



## Prérequis

- Formation ouverte aux professionnels expérimentés accompagnant la femme enceinte : sage-femme, infirmière, auxiliaire de puériculture, kinésithérapeutes, ostéopathes.
- Etre en bonne condition physique.
- Interdit aux femmes enceintes de moins de 3 mois.



**9.6/10**



Évalué sur la base de 12 sessions.

*Une formatrice passionnée et passionnante qui transmet ses connaissances avec beaucoup de plaisir.*

*Super échange au sein du groupe. Je repars même avec plus d'acquis que ce que je suis venue chercher. Un grand merci.*

**WENDIE D.**

## Durée

3 jours soit 21 heures





GROSSESSE

# Accompagner la grossesse et le post partum

Les professionnels qui exercent en périnatalité sont au premier plan pour observer les bouleversements que constituent les temps de la grossesse, de la naissance, de l'arrivée d'un enfant et du post partum : remaniements psychiques et parfois identitaires, plaintes somatiques, bouleversements émotionnels, pertes des repères pour le couple, pour la famille.

Il est indispensable que les professionnels connaissent ces situations de profonde vulnérabilité, sachent repérer la souffrance liée aux difficultés maternelles / parentales, disposent de bases solides sur les troubles psychiques, sachent à qui adresser et ce qu'ils peuvent mettre en place. L'objectif est d'assurer une meilleure prévention des troubles liés à la grossesse et au post partum, et de permettre une prise en charge adaptée le plus rapidement possible pour les mères, les parents.

Cette formation allie transmission de références théoriques nécessaires à l'accompagnement en périnatalité, utilisation de méthodes pédagogiques actives pour intégrer les concepts, penser et améliorer sa pratique et sa posture professionnelle, et un enseignement vivant qui intègre les problématiques spécifiques des stagiaires.

Note aux psychologues:

Cette formation s'adresse à des groupes pluri-disciplinaires de différents niveaux. Elle installe les bases indispensables dans le domaine psychique autour de la grossesse et du post partum. Elle est adaptée aux psychologues souhaitant exercer en périnatalité ou souhaitant revoir et asseoir leurs connaissances et leur pratique dans ce domaine.



## Objectifs

- Connaître et/ou approfondir ses connaissances sur le fonctionnement psychique
- Comprendre les enjeux de la maternité et du post partum
- Repérer la dépression du post partum et les autres troubles psychiques
- Améliorer sa pratique pour accompagner le post partum
- Soutenir la parentalité



## Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.4/10**



Évalué sur la base de 3 sessions.

*L'énergie du groupe, les exercices de conscience du corps et le dynamisme de cette formation (échanges, exercices..).*

*L'humanisme qui émanait de cette session, l'empathie le non jugement. Je me suis sentie à ma place.*

---

## Durée

2 jours soit 14 heures

---



**PAULINE P.**

**15**



## GROSSESSE

# Initiation aux empreintes émotionnelles de la vie prénatale et de la naissance

Elle transmet des outils pour connaître et identifier ce vécu, qu'il soit dans le moment présent ou/et dans le transgénérationnel ;

Pendant la gestation : lorsque le bébé est le fruit d'une grossesse dite "accident" ; - conçu après une fausse-couche ou le décès d'un bébé ; - lorsqu'il a vécu une préférence de sexe ; - et lorsqu'il a été confronté à une perte gémellaire précoce à la naissance : lorsque le bébé a eu une naissance avec retard ou en avance, médicalisée avec forceps, déclenchée, en siège, par césarienne, ou/et mise en couveuse.

Cette formation permet d'accompagner les futures-mamans vers une grossesse et un accouchement plus sereins, elle permet également d'accompagner les personnes adultes qui souhaitent mettre en conscience cette période fondatrice de la vie. Elle est aussi un accompagnement efficace dans les cas de stérilité non-organique.

Les empreintes émotionnelles de la vie prénatale et de la naissance sont le fruit de plus de vingt ans de pratique de la formatrice, formée avec le Docteur Claude Imbert en 1999.



### Objectifs

- Savoir identifier les différentes empreintes émotionnelles de la vie prénatale et de la naissance
- Savoir identifier l'origine de ces empreintes émotionnelles
- Connaître l'accompagnement spécifique des empreintes émotionnelles pour une future-maman, possibilités et limites
- Accompagner une consultante/consultant vers la libération des empreintes émotionnelles de cette période de sa vie



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.5/10**



Évalué sur la base de 5 sessions.

*Formation de grande qualité, professionnalisante et très poussée sur le développement personnel.*

**CAMILLE K.**

### Durée

4 jours (2x2 jours) soit 28 heures





## GROSSESSE Deuil périnatal

Cette formation permet de parcourir l'ensemble des situations de deuil périnatal, leurs spécificités, leurs impacts tant sur les parents en devenir que sur les soignants.

Il s'agit de faire ressentir le chemin qui suit l'annonce de la perte (avec les étapes hospitalières, le retour à la maison, puis la traversée de cette épreuve...), jusqu'à possiblement une prochaine grossesse et sa singularité.

Une mise en perspective qui permet d'aborder les points de vue des femmes, des hommes, des couples, et pour les soignants, de mieux comprendre leur stade d'intervention.

Un état d'esprit qui permet aussi de prendre en compte les réactions de l'entourage des couples endeuillés (ainsi que les enfants aînés, puînés) et d'être attentif aux besoins de chacun dans ces accompagnements si singuliers.

Toute une éthique qui invite à veiller à l'accueil d'un tout-petit décédé. Sans bien sûr oublier ce que tout cela fait vivre à l'ensemble des accompagnants sur ces chemins au long cours, dont il est nécessaire de baliser l'intensité et les enjeux personnels comme professionnels.



### Objectifs

- Appréhender les problématiques psychoaffectives parentales et familiales dans les situations de deuil périnatal.
- Construire un accompagnement adapté et personnalisé aux besoins des parents pour favoriser le processus du deuil.
- Connaître les différentes situations de deuil périnatal et appréhender leurs spécificités.
- Connaître les différentes étapes de la prise en charge hospitalière : leur importance, leurs impacts psychologiques et émotionnels ainsi que leurs répercussions sur les parents.
- Clarifier et ordonner le déroulé du chemin qui commence pour les couples endeuillés avec leur retour à la maison.
- Articuler le parcours vers une nouvelle grossesse.



### Prérequis

- Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.8/10**



Évalué sur la base de 3 sessions.

*Cette formation est tellement importante pour accompagner les parents sur le chemin de la perte d'un tout petit.*

**DÉBORAH D.**

### Durée

3 jours soit 21 heures





GROSSESSE

# Hypno Bien Naître : accompagnement holistique

Les connaissances acquises au cours de la formation vous permettront de disposer d'une boîte à outils (techniques d'hypnose, acupression, respiration, postures...) faciles à transmettre et efficaces, pour accompagner les couples en désir d'enfant et ceux qui souhaitent vivre la grossesse et l'accouchement de manière éclairée et sereine. Elle vous permettra d'accroître votre expertise dans le domaine de la grossesse et de l'enfantement et de maîtriser des techniques de gestion des maux et de douleur afin de pouvoir réaliser des séances en individuel et des ateliers collectifs. Ceux-ci auront pour objectif principal de permettre aux futurs parents de se sentir prêts physiquement, mentalement, émotionnellement et de former une équipe solide et soudée pour accueillir le bébé.



## Objectifs

- Grâce à des supports théoriques, de nombreux exercices pratiques et cas concrets :
- Découvrir les techniques d'hypnose périnatale,
- Évolution de la grossesse, trimestre par trimestre en y incluant les apports de l'hypnose à chaque étape.
- Élaborer le projet de grossesse, d'accouchement...
- Connaître les protocoles adaptés aux futures mamans
- Apprendre à gérer les maux et les émotions de la future maman, ainsi que les troubles physiologiques de la grossesse.
- Gérer le stress avant et pendant la grossesse
- Apprendre la gestion de la douleur de l'accouchement grâce à l'hypnose, le souffle, l'acupression et des techniques de toucher doux et de postures et comment accompagner l'enfantement.
- Transmettre des techniques d'auto-hypnose efficaces
- Apprendre à développer la communication et le lien parents-bébé.



## Prérequis

Sages-femmes, auxiliaires de puériculture en maternité et/ou néonatalogie, infirmières puéricultrices et ostéopathes



**10/10**



Évalué sur la base de 4 sessions.

*C'est un outil indispensable pour la préparation à la naissance, en ayant conscience qu'à ce jour, les préparations à l'accouchement sont bâclés par le manque d'effectif et que la médicalisation de l'accouchement donne l'impression aux mères*

**ANGÉLIQUE B.**

---

## Durée

3 jours soit 21 heures

---





# Devenez

## HAPTO BIEN NAITRE EDBN®

LES TECHNIQUES D'HAPTO BIEN NAITRE  
LORS DES ACCOMPAGNEMENTS PRÉ  
ET POST NATAUX



[Demande d'information](#)



# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir HAPTO BIEN NAITRE EDBN®

Ce parcours propose une immersion complète dans l'univers du toucher affectif au service de la périnatalité. À travers une progression cohérente et enveloppante, vous développerez une approche sensible, corporelle et profondément relationnelle de l'accompagnement, du début de la grossesse jusqu'au post-partum. Entre apports théoriques et pratiques, ce parcours vise à affiner votre écoute, renforcer votre présence et enrichir votre posture professionnelle pour mieux soutenir les parents et leurs bébés dans cette période de grande transformation.

## Le parcours de formation

*En visio & présentiel - 8 jours non consécutifs*

Hapto Bien Naître niveau 1 :  
la communication affective  
par le toucher



Hapto Bien Naître niveau 2 :  
l'accompagnement affectif  
à la naissance



Hapto Bien Naître niveau 3 :  
l'accompagnement affectif  
en post natal



**HAPTO BIEN NAITRE EDBN®**

## Objectifs de ce parcours

- ★ Avoir les bases théoriques et pratiques d' « Hapto Bien Naître » dans le cadre de la grossesse, de l'accouchement et du post-partum.
- ★ Accompagner les parents dans la prise de conscience du lien affectif avec leur bébé pendant et après la naissance.



**ALBANE TEMPLIER**

Référente pôle  
**Hapto Bien Naître EDBN**  
Hypnotiseuse thérapeutique  
spécialisée en haptonomie



GROSSESSE

# Hapto Bien Naitre niveau 1 : la communication affective par le toucher

Pendant ces 3 jours, vous serez invité(e) à explorer la richesse du toucher affectif, pilier fondamental de l'accompagnement périnatal centré sur la relation.

Cette formation vous permettra de vivre une expérience à la fois théorique, pratique et sensorielle, pour mieux comprendre, ressentir et transmettre.



## Objectifs

- Découvrir les principes du toucher affectif et comprendre les principes fondamentaux d'«Hapto Bien Naitre»
- Appréhender l'importance du toucher dans la relation d'accompagnement et son intérêt en périnatalité
- Développer des compétences pratiques dans l'acquisition de techniques de toucher et de communication non verbale adaptées aux futures mamans et aux couples.



## Prérequis

Tous les professionnel(le)s de santé qui utilisent de près ou de loin le sens du toucher : Sage femme, accompagnante périnatale, Auxiliaire de puériculture, kinésithérapeute, ostéopathe, doula ...  
Pour les stagiaires diplômées d'un CAP petite enfance, accessibilité à cette formation sur étude de votre dossier..



*Nouvelle formation*

---

### Durée

3 jours soit 21 heures

---





GROSSESSE

# Hapto Bien Naitre niveau 2 : l'accompagnement affectif à la naissance

Une formation spécialisée en toucher affectif et accompagnement périnatal : intégrer les bases neurophysiologiques du développement fœtal, affiner l'écoute corporelle et émotionnelle, et maîtriser des techniques de toucher adaptées pour accompagner la grossesse, soulager les inconforts maternels et soutenir activement le processus de naissance.



## Objectifs

- Comprendre les fondements d' « Hapto Bien Naitre » et son application pendant la grossesse en prenant en compte la psychologie foetale.
- Développer des compétences pratiques pour établir un lien affectif entre les parents et le bébé
- Apprendre des techniques de communication non verbale adaptées à la périnatalité
- Comprendre les mécanismes de douleurs et comment favoriser la place du père pour favoriser le confort de la mère et le positionnement du bébé de la grossesse à la naissance



## Prérequis

Tous les professionnel(le)s de santé qui utilisent de près ou de loin le sens du toucher : Sage femme, accompagnante périnatale, Auxiliaire de puériculture, kinésithérapeute, ostéopathe, doula ...  
Avoir suivi HAPTO BIEN NAITRE niveau 1



*Nouvelle formation*

---

### Durée

3 jours soit 21 heures

---



GROSSESSE

# Au cœur de l'in utero

Appréhender l'in-utero et le bébé : de la vie foetale aux premiers mois de vie : quels enjeux pour le bébé et ses parents, entre organisation psychocorporelle du bébé (psychique, sensorielle et somatique) et mise en place du lien d'attachement.



## Objectifs

- Appréhender la vie du fœtus in utero: pour mieux comprendre les comportements des bébés à la naissance
- Appréhender les enjeux somatiques et psychiques de la grossesse du côté maternel voire parental:
  - > Pour mieux accompagner les femmes enceintes et les futurs parents
  - > Pour soutenir le développement et la mise en place du lien mère-bébé
- Acquérir des connaissances théoriques et cliniques sur : la vie foetale et les enjeux psychiques de la grossesse
- Observer un bébé à la naissance en ayant des repères afin de soutenir:
  - > ses capacités à interagir avec son environnement relationnel
  - > ses liens d'attachement avec ses parents



## Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.



**9/10**



Évalué sur la base de 1 session.

*Tout se rejoint pour mieux comprendre la maternité et la parentalité*

**VALÉRIE T.**

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





## GROSSESSE

# Les bases de la nutrition en naturopathie pour accompagner la grossesse

Cette formation est conçue pour fournir aux étudiants.es une compréhension approfondie des principes de base de l'alimentation saine et de son rôle dans la promotion de la santé et du bien-être. Elle vise à informer et à conseiller les futures mamans sur leurs besoins nutritionnels spécifiques de cette période.

Les recommandations nutritionnelles pour la femme enceinte sont importantes car cela a un impact direct :

- Sa santé, le développement de sa grossesse
- Préviend des complications de la grossesse (diabète, hypertension artérielle, naissance prématurée)
- Participe au développement optimal de son bébé
- Permet de réduire les risques de complications pendant l'accouchement
- Participe à installer et à transmettre une bonne santé à venir de son enfant
- Permet de transmettre ensuite à son enfant des bonnes habitudes alimentaires
- Permet de prendre habitudes pour récupérer plus facilement en post-partum



### Objectifs

- Comprendre les besoins nutritionnels pendant la grossesse
- Apprendre à choisir les bons aliments et les bonnes sources de protéines, lipides et glucides (sucres)
- Reconnaître les aliments les moins nutritifs et les aliments à risque.
- Favoriser une prise de poids harmonieuse et limiter les surplus.
- Gérer les problèmes digestifs et prévenir les troubles du transit.



### Prérequis

Professionnel(le)s de la périnatalité et de la petite enfance

Professionnel.les paramédicaux (ostéopathes, chiropracteurs ...)

Professionnel.les sage femme



**9.7/10**



Évalué sur la base de 3 sessions.

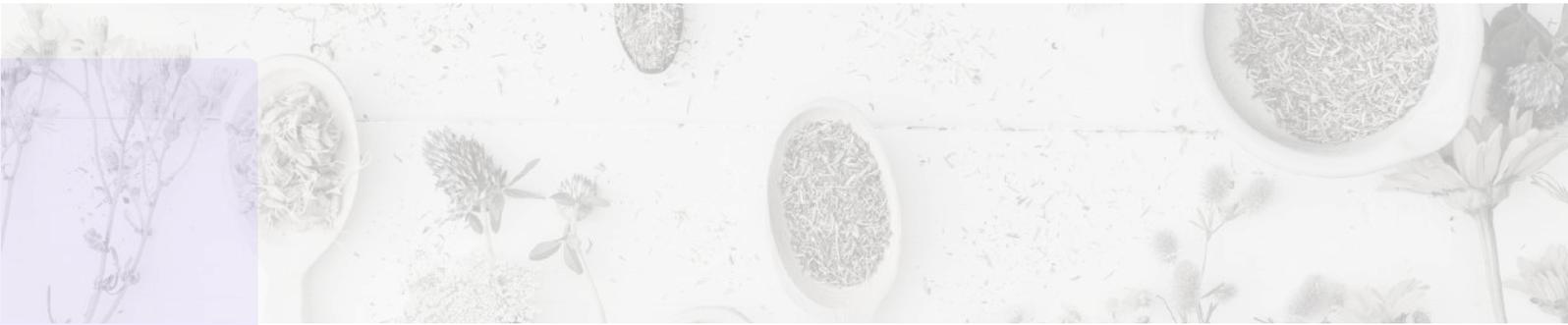
*Cette formation est très complète ce qui permet l'usage au quotidien de la naturopathie*

**NOÉMIE C.**

### Durée

2 jours soit 14 heures





## GROSSESSE

# Les outils naturopathiques au service de la grossesse et du post-partum

Les outils naturopathiques sont des alliés pour :

- Prévenir les maux de la grossesse et les soulager de manière douce et non invasive
- Prendre soin de son terrain et transmettre à son bébé une bonne base immunitaire
- Pour bien récupérer tant physiquement, émotionnellement que psychiquement pendant la période du post-partum
- Prévenir des troubles sur le long terme
- Soutenir la lactation



### Objectifs

- Comprendre les changements physiologiques et émotionnels de la grossesse et du post-partum.
- Connaître et conseiller l'usage de plantes médicinales, compléments alimentaires sûrs et efficaces pour soutenir la santé toutes les étapes de la grossesse et du post-partum.
- Apprendre et conseiller des techniques de relaxation, de gestion du stress et de soutien émotionnel adaptées à ces périodes.
- Acquérir des connaissances essentielles pour soutenir les femmes en post-natale en utilisant des techniques et une approche holistique.
- Apprendre à conseiller une alimentation spécifique du post-partum pour favoriser la récupération
- Apprendre à conseiller une alimentation spécifique pour la femme allaitante.
- Connaître les limites de son accompagnement et savoir travailler en collaboration avec d'autres professionnels.



### Prérequis

Professionnel(le)s de la périnatalité et de la petite enfance  
Professionnel.les paramédicaux (ostéopathes, chiropracteurs ...)  
Professionnel.les sage femme



*Nouvelle formation*

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





## GROSSESSE

# Shiatsu et maternité

3 jours pour acquérir les fondamentaux du Shiatsu adapté à la maternité. Apprendre comment harmoniser l'Énergie de la femme enceinte pendant les différents trimestres de grossesse, la préparer à l'accouchement, la soutenir après la naissance et accueillir le bébé.

L'alternance d'exercices en binôme et de théorie appliquée, vous donneront les clés pour comprendre l'Énergétique Chinoise et son application à la maternité. L'apprentissage de protocoles adaptés vous permettront d'utiliser facilement ces connaissances et pourront compléter vos savoir-faire.

Cette Initiation Intensive sera validée par Aline Duclos formatrice certifiée Well Mother, organisme de formation anglais qui rayonne dans toute l'Europe.



### Objectifs

- Maîtriser les fondamentaux de l'Énergie de la femme tout au long de la grossesse et post-partum
- Mettre en place des protocoles adaptés
- Proposer un travail énergétique selon les 3 trimestres avec le protocole adapté
- Préparer la future maman à l'accouchement et au post-natal/bébé



### Prérequis

- Formation ouverte aux professionnels expérimentés accompagnant la femme enceinte : sage-femme, doula, infirmière, auxiliaire (maternité), kinésithérapeutes, ostéopathes...
- Être en bonne condition physique. Interdit aux femmes enceintes de moins de 3 mois.



**8.4/10**



Évalué sur la base de 3 sessions.

*Cette formation a été riche en tout point de vue, enseignement, relations humaines les unes avec les autres, elle a été pour pas part une révélation. Merci à la formatrice et à toutes ces filles que j'ai pu rencontrer. Le shiatsu sera pour ma part indispensable dans l'accompagnement que je proposerais.*

### Durée

3 jours soit 21 heures

**VIRGINIE C.**

**26**





## GROSSESSE

# Animer un atelier de méditation périnatale

Les connaissances acquises au cours de la formation vous permettront de proposer un moment de méditation lors des séances individuelles ou collectives que vous organisez déjà pour les futures et les jeunes mamans (et leurs bébés), à tout moment soit dès le début de la grossesse, jusqu'à l'accouchement, et dès la naissance du bébé également. Vous découvrirez un vaste ensemble de pratiques de méditations anciennes et modernes très variées, attestées dans diverses traditions et cultures et leurs bienfaits – lesquels commencent à être de plus en plus étudiés par la science. Vous découvrirez également les potentielles contre-indications à la pratique de la méditation. Techniques de respiration, pratiques physiques et méditations en mouvement, attention, présence et pleine conscience, visualisations, les méthodes sont nombreuses. Vous vous essayerez à chacune d'entre elles pour découvrir celles qui vous conviennent le mieux lors de la formation, en gardant à l'esprit que ceci évoluera avec le temps. Tout en faisant l'expérience de ces différentes pratiques par vous-mêmes, vous découvrirez comment vous pourrez implanter une pratique régulière de méditation dans votre vie quotidienne. Vous apprendrez également à écouter et à utiliser votre voix, et à vous synchroniser avec les personnes présentes pour savoir au mieux les accompagner dans un moment de méditation guidée.



### Objectifs

- Proposer un moment de méditation au moment approprié lors des séances individuelles et collectives pour les futures et jeunes mamans
- Découvrir, expérimenter et comprendre les différentes techniques de méditation existantes.
- Reconnaître les pratiques qui vous correspondent le mieux au moment de la formation, tout en gardant en mémoire que, si vous persévérez, cela évoluera sans doute tout au long de votre existence.
- Apprendre à implanter une pratique de méditation régulière dans votre vie quotidienne.
- Découvrir l'étendue des bienfaits de la méditation. Et en apprendre également les contre-indications potentielles.
- Commencer à découvrir votre voix, à l'écouter et à l'utiliser lors d'une séance de méditation que vous guidez vous-mêmes. Mettre en pratique en binômes avec l'accompagnement bienveillant et sur mesure de votre formatrice.
- S'initier à des rudiments de méditation guidée, respirations, visualisations et séquençage pour accompagner et approfondir l'expérience des futures et des jeunes mamans.
- Savoir prendre le temps d'accueillir et de se « synchroniser » avec les personnes que vous souhaitez accompagner dans une pratique méditative.



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





## GROSSESSE

# Troubles de la fertilité

Cette formation vous permet de maîtriser les bases de la fertilité, d'identifier les troubles et leurs prises en charge (IA, ICSI, FIV...), et de connaître le cadre juridique de la PMA en France. Vous apprendrez à informer et orienter les femmes en fonction de leur cycle, de leur âge et de leur parcours, tout en intégrant la dimension émotionnelle de l'infertilité et de la grossesse après PMA.



### Objectifs

- Maîtriser la physiologie de la fertilité
- Identifier les 4 étapes clés indispensables à la fécondation
- Connaître les facteurs environnementaux influençant la fertilité féminine
- Informer les femmes souhaitant une grossesse sur leur fertilité en fonction de leur cycle, de leur âge ...
- Comprendre dans quelle mesure on parle trouble de la fertilité afin de mieux orienter les femmes
- Assimiler les différentes pathologies responsables d'infertilité
- Identifier les différents examens et méthode de prise en charge de ces troubles (IA, ICSI, FIV...)
- Connaître le cadre juridique de l'accompagnement de la PMA en France
- Être à jour sur des derniers textes de loi relatif à la PMA
- Accompagner au mieux les femmes en parcours d'infertilité en intégrant la dimension médicale mais surtout la dimension émotionnelle de leur parcours souvent lourd et fastidieux
- Prendre en charge de façon plus appropriée les femmes enceintes ayant eu un parcours de PMA



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





## GROSSESSE

# De l'intra utérin à l'extra utérin : adaptation du nouveau-né

Le passage de la vie intra-utérine à la vie extra-utérine est un moment complexe dans la vie d'un bébé. En tant que professionnel de santé, nous devons connaître, observer les changements physiologiques, psychologiques, comportementaux et les évaluer. Ce fameux passage est un processus multidimensionnel qui nécessite une adaptation pour le bébé.



### Objectifs

- Comprendre la respiration normale du nouveau-né
- Connaître les signes d'une détresse respiratoire et en citer les causes principales ou facteurs favorisants
- Savoir informer les parents au sujet de la prévention et de la prise en charge de la bronchiolite
- Expliquer l'adaptation à la vie extra-utérine de la thermorégulation et connaître les situations d'alerte en cas de variation de la température
- Évaluer la fonction d'élimination intestinale et rénale et savoir informer les parents des critères de cette évaluation
- Connaître les normes staturopondérales d'un nouveau-né et être capable d'analyser et d'expliquer aux parents la perte de poids physiologique et la courbe de poids de leur enfant
- Savoir reconnaître un ictère et orienter si besoin
- Citer et décrire les réflexes archaïques
- Définir le score d'Apgar, préciser le rôle de cette évaluation
- Savoir expliquer aux parents les bienfaits du peau à peau et sa mise en oeuvre



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 heure 30

---





## GROSSESSE

# Mener à bien un entretien préalable à l'accompagnement périnatal

« L'importance de l'accueil des parents et de la conduire d'entretien pour établir un lien de confiance et optimiser la qualité de son accompagnement »

Cette formation vise à préparer les professionnels accompagnant la périnatalité à mener des entretiens individuels

Elle couvre les aspects législatifs, les contenus à aborder et les modalités d'observation du bébé et de la maman et techniques d'entretien pour garantir un accompagnement respectueux et adapté des futures mères



### Objectifs

- Comprendre les principes d'un entretien de qualité en périnatalité.
- Savoir observer
- Savoir orienter
- S'approprier la législation encadrant le recueil des données
- Savoir structurer un entretien pour recueillir des informations pertinentes et offrir un soutien approprié.:
- Connaître les ressources et savoir orienter



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

4:00 heures

---



# NAISSANCE

35

THÉRAPEUTIQUE BAIN BÉBÉ

36

MASSAGE BÉBÉ ET GUIDANCE  
PARENTALE

37

BAIN ENVELOPPÉ ET LES BESOINS  
PSYCHO-AFFECTIFS DU NOUVEAU-NÉ

40

LES FONDAMENTAUX DU SOMMEIL  
DE LA NAISSANCE À 3 ANS - NIVEAU 1

41

ACCOMPAGNATRICE AUTOUR DU  
SOMMEIL DE LA NAISSANCE À 3 ANS -  
NIVEAU 2

45

ALLAITEMENT MATERNEL - LES  
INDISPENSABLES

46

ALLAITEMENT MATERNEL  
PERFECTIONNEMENT

47

ATELIER ALLAITEMENT

48

ALLAITEMENT ET PRÉMATURITÉ

49

TIRE-ALLAITEMENT

50

CAS CLINIQUES ALLAITEMENT :  
REPÉRER TÔT, AGIR VITE

51

LE SEVRAGE

54

RÉFLEXOLOGIE BÉBÉ  
ÉMOTIONNELLE - NIVEAU 1

55

RÉFLEXOLOGIE BÉBÉ  
ÉMOTIONNELLE - NIVEAU 2

58

PORTAGE INITIATION

59

MONITRICE DE PORTAGE

60

LES INDISPENSABLES DE LA  
PUÉRICULTURE

61

LES BASES INDISPENSABLES DE  
L'ACCOMPAGNEMENT PÉRINATAL

62

ALLAITEMENT ET TRAVAIL

63

NATUROPATHIE ET PUÉRICULTURE

64

L'ATTACHEMENT ET LES BESOINS  
ÉMOTIONNELS DU BÉBÉ

65

LES PLEURS DU NOURRISSON : LES  
COMPRENDRE ET LES ACCOMPAGNER

66

PROCESSUS DE PATERNITÉ :  
COMMENT ACCOMPAGNER LES PÈRES

67

COMPRENDRE LE BÉBÉ PRÉMATURÉ  
POUR MIEUX EN PRENDRE SOIN

68

L'ÉCLAIRAGE DES NEUROSCIENCES  
POUR MIEUX COMPRENDRE ET  
ACCOMPAGNER LE TOUT PETIT

69

ADAPTER SON ACCOMPAGNEMENT  
FACE À LA PATHOLOGIE ET AU  
HANDICAP

70

HYGIÈNE DE VIE DE LA FEMME  
ALLAITANTE

# Devenez PRATICIENNE THÉRAPEUTIQUE BAIN BÉBÉ©

UNE MÉTHODE UNIQUE, POUR UN  
SOIN UNIQUE.

300 MATERNITÉS FORMÉES.  
COMMISSION SCIENTIFIQUE



[Demande d'information](#)



L'ÉCOLE DU  
BIEN NAITRE



# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir PRATICIENNE THERAPEUTIQUE BAIN BEBE – Méthode Sonia Krief©

Plongez dans une formation unique qui vous apprendra à maîtriser l'art du Bain Thérapeutique pour bébés. Grâce à notre méthode exclusive, développée par des experts, vous apprendrez à offrir un moment de bien-être profond aux nouveau-nés tout en accompagnant les jeunes parents avec bienveillance et expertise.

## Le parcours de formation

*En présentiel - 3 jours consécutifs*

Thérapeutique Bain  
Bébé



**PRATICIENNE THERAPEUTIQUE  
BAIN BEBE**

## Objectifs

- ★ Pratiquer ce soin en cabinet ou à domicile ou en structure hospitalière après accord du service.
- ★ Prendre conscience de nos gestes dans la prise en charge du bébé.



**SONIA KRIEF**

**Référente pôle TBB EDBN**  
Créatrice du Thérapeutique Bain Bébé®, auteure et formatrice

# INTÉGREZ LE CLUB PRIVÉ

DES PRATICIENNES THÉRAPEUTIQUE BAIN BÉBÉ



VOUS ÊTES :

- Professionnel(le) de santé diplômé d'Etat.
- Vous avez été formé(e) au Thérapeutique Bain Bébé-Méthode Sonia Krief au sein de l'École du Bien Naître

**VOUS AVEZ DONC LA POSSIBILITÉ D'INTÉGRER LE CLUB PRIVÉ DES PRATICIENNES THÉRAPEUTIQUE BAIN BÉBÉ.**

Grâce à des ressources et conseils réguliers, des échanges riches, et des rencontres conviviales, nous vous accompagnons dans l'enrichissement continu de votre pratique du Thérapeutique Bain Bébé et dans le développement d'une véritable synergie professionnelle.

## AVANTAGES EXCLUSIFS DU CLUB

### DES NEWSLETTERS POUR NOURRIR VOTRE EXPERTISE



Des newsletters pour approfondir vos connaissances, explorer des cas concrets et recevoir les conseils avisés de Sonia Krief.

### UN ESPACE D'ÉCHANGE AU QUOTIDIEN



Un groupe WhatsApp officiel pour échanger avec d'autres praticiennes, partager vos expériences et poser vos questions.

### DES RENDEZ-VOUS THÉMATIQUES EN VISIOCONFÉRENCE



Une visioconférence par trimestre pour aborder ensemble des thématiques spécifiques, enrichir votre pratique et discuter des actualités.

### DES RENCONTRES EN PRÉSENTIEL POUR RENFORCER NOS LIENS



Deux cafés-rencontres par an à l'École du Bien Naître, pour partager des moments conviviaux et renforcer les liens au sein de notre communauté.

Scannez pour effectuer votre demande





## Méthode Sonia Krief<sup>®</sup>

Thérapeutique Bain Bébé

NAISSANCE

# Thérapeutique Bain Bébé

Le TBB, formation premium proposée exclusivement à l'École du Bien Naitre. Une technique déposée et reconnue depuis les années 2000. Cautionnée par l'ensemble des professionnels de santé et près de 300 groupements hospitaliers en France et à l'international, la formation au TBB est, en France, le 1er bain dont la première vertu est thérapeutique. La maîtrise du TBB c'est avant tout une compétence forte, qui permet d'offrir au nouveau-né, un espace d'expressions émotionnelles, la liberté de se mouvoir ou juste de se laisser porter dans ce milieu qui lui est si familier. Sauveteur dans les services de néonatalogie notamment ou quelques jours après la naissance, réparer des naissances trop rapides, des séparations ou tout simplement accueillir, prendre le temps. Par l'émotion que provoque ce bain, c'est aussi l'occasion de libérer la jeune mère d'un vécu difficile de grossesse, d'accouchement ou d'une déception de mode de naissance provoquant des difficultés à s'impliquer totalement dans la relation avec son bébé.

Cette formation nécessite une connaissance de différents sujets : La grossesse, l'accouchement et, bien évidemment le nouveau-né.

La formation comprend :

- Une session de formation exclusive : 3 personnes maximum
- Des formateurs experts et référents
- Un niveau d'exigence élevé, des prérequis importants, et un test d'évaluation final
- Une approche globale, pluridisciplinaire (bain / bébé - anamnèse / parent)
- Une mise en situation réelle : 13 à 15 bébés sont reçus sur toute la durée de la formation.

### Objectifs

- Permettre aux parents et à la maman en particulier de faire le récit de la grossesse et de l'accouchement, en toute bienveillance et avec empathie.
- Être à l'écoute et identifier les émotions du bébé.
- Re définir les priorités lors du bain des bébés
- Prendre conscience de nos gestes
- Remettre en question nos pratiques
- Proposer un bain salvateur : grossesses ou naissances difficiles, pathologies ou naissances prématurées
- Identifier et mieux comprendre le malaise des nouveaux nés lors des soins
- Prise en compte des contraintes économiques et humaines dans un service

### Prérequis

- Être professionnel de santé ou de la périnatalité expérimenté (diplômé d'Etat) et attester d'un travail et d'un contact quotidien avec les nouveau-nés.
- Étude préalable du parcours professionnel : Eligibilité sur dossier par l'École du Bien Naitre.
- Formation allaitement fortement recommandée

 Comité scientifique Thérapeutique Bain Bébé  
Après 25 ans de soins, des dizaines de milliers de rencontres, d'histoires de vie, de professionnels-les et structures hospitalières formées, **une recherche clinique est désormais menée pour les 3 prochaines années** par une pédopsychiatre, son équipe de psychologues et de professionnels-les de santé. Elle aura lieu **au pôle mère enfant de l'hôpital André Gregoire à Montreuil**, en collaboration avec Sonia Krief et son équipe de l'école du Bien Naitre.



**Durée**

3 jours soit 21 heures





## NAISSANCE

# Massage bébé et guidance parentale

Parce que le toucher est le 1er sens de bébé à se développer in utéro, nous portons à cette formation une attention bien particulière.

Dès le 5ème mois de grossesse, un dialogue sensoriel débute avec bébé pour se poursuivre à la naissance !

Les bienfaits du toucher sont nombreux et reconnus : dès la naissance, le massage permet d'échanger avec son enfant, l'apaiser et le sécuriser.

Nos formatrices référentes dans le domaine vous inculqueront différentes techniques de massage issues de diverses civilisations.



### Objectifs

- Mettre en place une gestuelle enveloppante permettant de pratiquer un massage bien-être tout en développant l'éveil de bébé
- Accompagner et transmettre aux parents différentes techniques de massage afin qu'ils se familiarisent au « toucher bienveillant » et à la communication parent-bébé
- Accompagner des parents au quotidien : En structure hospitalière ou en libéral
- Perfectionner votre pratique, les éléments de confort, préparation du lieu, huiles et durée en fonction de l'âge du bébé



### Prérequis

- Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat
- Posséder un poupon pour les formations en visio-conférence



**9.4/10**



Évalué sur la base de 36 sessions.

*J'ai apprécié les passages théoriques suivi de pratique sur le poupon. Contenu assez complet, et adapté. Je me vois le mettre en pratique en néonate.*

**AURELIE A.**

### Durée

2 jours soit 14 heures





## NAISSANCE

# Bain enveloppé et les besoins psycho-affectifs du nouveau-né

Cette formation propose une vision actuelle du bain contenant en tant qu'expérience émotionnelle et sensorielle partagée entre le bébé et ses parents, qui promeut le bien-être de chaque acteur.

Elle aborde les différentes déclinaisons du bain, sa technicité et son organisation.

Elle inclut, dans le bain contenant, la prise en compte de la communication sensorielle, émotionnelle et motrice du nouveau-né ainsi que ses besoins psychosociaux en intégrant des notions telles que l'accordage affectif, le handling, le holding, le Moi-Peau et les récentes découvertes en psychologie du développement et en neurosciences affectives et sociales.

Elle permet aussi au professionnel(le) de repenser sa place lors de ce soin avec une juste présence empathique et bienveillante, dans l'objectif de créer des conditions favorables pour que le bébé et ses parents soient des partenaires actifs dans la création de liens d'attachement sécurisés.



### Objectifs

- Compléter et actualiser leurs connaissances autour du bain contenant comme :
  - Support d'un développement harmonieux et de bien-être pour l'enfant,
  - Support de valorisation des compétences parentales pour le parent qui pratiquera le soin
  - Support pour favoriser les liens d'attachement parent-enfant pour le professionnel
- Mieux comprendre et inclure dans leurs postures professionnelles l'impact des interactions précoces (lors du bain) sur le développement du nouveau-né (et du jeune nourrisson) ainsi que sur le développement du processus de parentalité
- Authentifier la dimension relationnelle dans ce soin technique qu'est le bain du nouveau-né
- Adopter une juste présence empathique dans l'accompagnement à la parentalité lors de la pratique du bain contenant par le(s) parent(s)



### Prérequis

- Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat. Les Professionnels diplômés d'un CAP devront justifier d'un parcours de 70 heures défini par l'Ecole du Bien Naitre.
- Les Educateurs de jeunes Enfants, Aide Médico Psychologique et Psychomotriciens devront au préalable de cette formation avoir effectué la formation "les indispensables de la puériculture".
- La formation "Les bases indispensables à l'accompagnement périnatal" est quant à elle fortement recommandée.



**9.4/10**



Évalué sur la base de 9 sessions.

*Une formatrice avec une posture de qualité, passionnée et enthousiaste.*

*Une experte!*

### Durée

2 jours soit 14 heures

**NAIMA E.**

**37**





Devenez

ACCOMPAGNATRICE  
SOMMEIL EDBN©

LA MÉTHODE  
D'ACCOMPAGNATRICE EN  
SOMMEIL DE BÉBÉ.

 [Demande d'information](#)



# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir ACCOMPAGNATRICE SOMMEIL EDBN©

Vous souhaitez aider les familles à retrouver des nuits paisibles ? Notre formation unique en accompagnement du sommeil EDBN© vous offre toutes les clés pour guider les parents avec expertise et bienveillance.

## Le parcours de formation

*En visio - 5 jours non consécutifs*

Les fondamentaux du sommeil de la naissance à 3 ans - niv 1



Accompagnatrice autour du sommeil de la naissance à 3 ans - niv 2



**ACCOMPAGNATRICE SOMMEIL**

## Objectifs de ce parcours

- ✳ Transmettre des outils pour accompagner bébé à mieux dormir.
- ✳ Comprendre les impacts de l'environnement physique et émotionnel sur les comportements de sommeil de l'enfant.



**NATHALIE DEBROCK**

**Référente pôle sommeil EDBN**

Pharmacienne, experte en sommeil



## NAISSANCE

# Les fondamentaux du sommeil de la naissance à 3 ans - niveau 1

Une place prépondérante est consacrée à la physiologie du sommeil et de ses caractéristiques en fonction de l'âge de l'enfant. Les différentes fonctions du sommeil seront enseignées et prennent en compte les développements physiologiques et psychologiques de l'enfant. Le sommeil est devenu un enjeu national de santé et impacte l'écosystème familial.



### Objectifs

- Transmettre les clés d'observation et éléments clés de compréhension du fonctionnement du sommeil normal du tout petit bien portant
- Identifier certaines étapes et particularités du sommeil du tout-petit
- Éviter des erreurs d'interprétation entre éveil et sommeil
- Débuter, ou étayer leur réflexion et argumentation sur le couchage du nouveau-né, dans le cadre de prévention de la Mort Inattendue du Nourrisson
- Observer et évoquer le langage de bébé avant la parole
- Dédramatiser, tempérer, moduler, apaiser certaines situations, ou des pleurs, rassurer les adultes Participer à identifier ou repérer des situations à risque d'incompréhension, d'épuisement parental, voire de bébé secoué.
- Commencer à remplir, lire, un agenda de sommeil



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

3 jours soit 21 heures

---





## NAISSANCE

# Accompagnatrice autour du sommeil de la naissance à 3 ans - niveau 2

Vous êtes invités à approfondir les éléments relatifs au sommeil du nouveau-né et de l'enfant jusqu'à 3 ans. Vous acquerirez des compétences pour agir autour des perturbations courantes du sommeil afin de proposer des accompagnements spécifiques. Des outils pratiques seront mobilisés lors d'études de situations concrètes pour mener des accompagnements individuels et animer d'ateliers collectifs dont vous apprendrez les points clés et la structuration.



### Objectifs

- Commencer à utiliser un agenda de sommeil
- Différencier, expliquer, les cauchemars, terreurs nocturnes, et autres parasomnies
- Utiliser les notions générales sur les perturbations courantes du sommeil pour rassurer les familles
- Apporter des outils concrets d'amélioration du sommeil, applicables et modulables
- Mettre en place et animer une réunion de groupe ou atelier sur le sommeil du tout petit
- Accompagner des familles vers des aménagements de comportements, de réflexion
- Accompagner une famille vers une réorientation médicale éventuelle



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance  
Avoir suivi la formation de 3 jours "Les fondamentaux du sommeil à 3 ans"



*Nouvelle formation*

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





# Devenez

## FACILITATRICE EN ALLAITEMENT EDBN©

LE PARCOURS RÉFÉRENT  
EN ALLAITEMENT.



[Demande d'information](#)



# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir **FACILITATRICE EN ALLAITEMENT EDBN©**

Soutenir les mères allaitantes vous passionne et vous mesurez combien la question est complexe. Vous êtes régulièrement démuni.e.s lorsqu'elles vous interrogent sur la douleur, les positions, comment savoir si leur bébé boit suffisamment au sein, comment relancer une lactation fragile, éviter ou résoudre des douleurs déjà installées. Et vous avez besoin de les aider de manière concrète et avec des pistes actionnables.

## Le parcours de formation

*En visio - 4 jours non consécutifs*

Allaitement maternel les indispensables



Allaitement maternel perfectionnement



Atelier Allaitement



**FACILITATRICE EN ALLAITEMENT**

## Objectifs de ce parcours

- ★ Apporter des informations fiables aux mères allaitantes ou souhaitant allaiter.
- ★ Accompagner au mieux la mère lors de sa reprise du travail et la continuité de son allaitement maternel.



**CAROLE HERVÉ**

**Référente pôle allaitement EDBN**

Consultante en lactation IBCLC, formatrice, auteure de 3 livres

# INTÉGREZ LE CLUB PRIVÉ

FACILITATRICE EN ALLAITEMENT EDBN©



VOUS ÊTES :

- Professionnel(le) de santé diplômé d'Etat.
- Vous avez été formé(e) aux formations allaitement maternel les indispensables, allaitement perfectionnement et atelier allaitement à l'EDBN :

**VOUS AVEZ DONC LA POSSIBILITÉ D'INTÉGRER LE CLUB PRIVÉ DES FACILITATRICES EN ALLAITEMENT EDBN©**

Grâce à des ressources et conseils réguliers, des échanges riches, et des rencontres conviviales, nous vous accompagnons dans l'enrichissement continu de votre pratique de l'allaitement et dans le développement d'une véritable synergie professionnelle.

## AVANTAGES EXCLUSIFS DU CLUB

### DES NEWSLETTERS POUR NOURRIR VOTRE EXPERTISE



Des newsletters pour approfondir vos connaissances, explorer des cas concrets et recevoir les conseils avisés de nos experts.

### UN ESPACE D'ÉCHANGE AU QUOTIDIEN



Un groupe WhatsApp officiel animé par l'expert référent du pôle et son équipe pour échanger avec d'autres facilitatrices, partager vos expériences et poser vos questions.

### DES RENDEZ-VOUS THÉMATIQUES EN VISIOCONFÉRENCE



2 visioconférences/échanges dans l'année pour aborder ensemble des thématiques spécifiques, enrichir votre pratique et discuter des actualités autour de l'allaitement.

### DES RENCONTRES EN PRÉSENTIEL POUR RENFORCER NOS LIENS



Deux cafés-rencontres par an à l'École du Bien Naître, pour partager des moments conviviaux et renforcer les liens au sein de notre communauté.





## NAISSANCE

# Allaitement maternel - les indispensables

Les pratiques de l'allaitement évoluent considérablement, les disparités entre les pays sont importantes et les discours des professionnels demeurent encore contradictoires.

Il est temps de miser sur un accompagnement à l'allaitement en réseau : avant, pendant et après l'accouchement pour aider ces mamans désorientées.

A l'école du Bien Naître, nous avons réuni les plus compétentes en la matière pour perfectionner votre discours et vous préparer « au cas par cas » car chaque allaitement est unique et mérite d'être encouragé.

C'est la raison pour laquelle nos supports seront variés : vidéos, vignettes cliniques, mises en situation, jeux de rôle. Notre programme s'adapte à notre public afin de répondre au mieux à vos attentes



### Objectifs

- Proposer des ateliers de soutien en allaitement en acquérant une compréhension des bases de la physiologie de la lactation
- Développer les compétences nécessaires pour soutenir les mères dans la prise de décisions éclairées, au moment du démarrage et dans la poursuite de l'allaitement, en utilisant un langage verbal et non verbal encourageant et bienveillant.
- Utiliser ces notions pour repérer et évaluer un allaitement fragile et orienter rapidement vers un spécialiste.
- Comprendre le processus de synthèse du lait maternel à partir des principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie du sein lactant
- Acquérir des notions de base pour les premières semaines incluant l'approche du Biological Nurturing de Suzanne Colson
- Identifier les facteurs qui favorisent la réussite de l'initiation de l'allaitement et de sa poursuite.



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.7/10**



Évalué sur la base de 34 sessions.

*De jolis échanges en toute bienveillance. Une bonne dynamique de groupe. Un programme bien complet.*

**GAELE R.**

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





## NAISSANCE

# Allaitement maternel perfectionnement

Mutualiser l'expérience des professionnels périnataux et répondre aux questions courantes en matière d'allaitement maternel.

Savoir s'appuyer sur la physiologie de la lactation pour anticiper et résoudre certaines difficultés telles que les douleurs (crevasses, canaux bouchés, mastite, abcès, candidose, vasospasme)

Repérer une situation fragile (prise de poids faible du bébé) et proposer des pistes pour la rétablir.

Comprendre quels enjeux se présentent à une mère qui souhaite concilier allaitement et travail.

Savoir accompagner le sevrage avec équilibre et bienveillance.



### Objectifs

Ce cours permettra de disposer de repères fiables pour ceux qui ne prodiguent pas de soins directs en allaitement. Au terme de cette section, les participants seront en mesure :

- D'identifier et d'évaluer une situation normale et une situation qui requiert une prise en charge rapide.
- De savoir quand, comment et vers qui orienter.
- De construire des ateliers de soutien en allaitement.
- De répondre à quelques questions de base sur le sujet de manière cohérente, respectueuse et ajustée, au service des mères.
- D'anticiper et répondre aux questions des mères sur l'allaitement et le travail
- D'aborder le sevrage quel que soit l'âge de l'enfant (le sevrage précoce, le sevrage imposé par des circonstances médicales, le sevrage initié par la mère et le sevrage naturel de l'enfant).



### Prérequis

- Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat expérimenté.
- Avoir effectué au préalable la formation allaitement initiation.



**9.7/10**



Évalué sur la base de 13 sessions.

*Une formatrice excellente tant dans ses compétences que dans son approche et sa disponibilité.*

**TATIANA W.**

### Durée

1 jour soit 7 heures





NAISSANCE

# Atelier allaitement

Les deux formations allaitement de l'École du Bien Naitre ne permettent pas de donner des consultations d'allaitement. Elles constituent un socle qui permet aux stagiaires d'exploiter leurs connaissances dans le cadre d'ateliers de soutien à l'allaitement. Animer un atelier comprend parfois un certain nombre de défis.

Grâce aux échanges que les mères ont les unes avec les autres, la discussion du groupe s'enrichit de la participation de chacune. En outre, ces ateliers permettent de créer du lien.

Cette formation théorique vous en apprendra plus sur la dynamique d'animation d'un atelier de soutien, sur comment fonctionne un atelier, comment en monter un en pratique, les modes d'animation et exercices pratiques pour utiliser un langage soutenant et empathique, les situations cliniques de la grossesse au sevrage en passant par la reprise du travail et un exemple développé d'animation ludique "Qui veut éviter le biberon", parodie de "Qui veut gagner des millions"



## Objectifs

- D'encourager et de soutenir les femmes enceintes et allaitantes dans leur projet
- D'exploiter les acquis sur la physiologie de l'allaitement dans le cadre d'ateliers de soutien pour les mères
- De comprendre comment structurer un atelier
- De stimuler et canaliser les échanges en abordant différentes techniques d'animation
- De rebondir sur des situations cliniques et de savoir à quel moment et vers qui orienter rapidement



## Prérequis

Avoir suivi les formations allaitement initiation et perfectionnement.



**9.7/10**



Évalué sur la base de 7 sessions.

*La disponibilité, la pédagogie, le dynamisme de la formatrice, ainsi que la richesse des enseignements reçus.*

**JULIE V.**

---

## Durée

1 jour soit 7 heures

---





## NAISSANCE

# Allaitement et prématurité

L'allaitement d'un bébé prématuré est un défi que de nombreux parents n'avaient pas anticipé. La naissance prématurée bouleverse souvent les projets, et face à l'urgence médicale, l'allaitement peut sembler relégué au second plan... Pourtant, il est une ressource précieuse, un véritable "médicament". Allaiter un bébé prématuré soulève de nombreuses questions et défis. Comment soutenir une mère dans l'établissement de sa lactation et l'accompagner face aux séparations et aux contraintes médicales ? Entre enjeux physiologiques, soutien émotionnel et techniques concrètes, vous repartirez avec des connaissances solides et applicables dès le premier jour.



### Objectifs

- Comprendre les spécificités physiologiques de l'allaitement d'un bébé prématuré
- Accompagner les parents dans la mise en place et le maintien de l'allaitement en néonatalogie
- Proposer des stratégies adaptées pour favoriser la succion et l'autonomie du bébé
- Connaître les outils et techniques pour tirer son lait efficacement et préserver la lactation
- Anticiper les difficultés et déconstruire les idées reçues autour de l'allaitement du bébé prématuré



### Prérequis

Avoir suivi les formations allaitement initiation et perfectionnement.



*Nouvelle formation*

---

#### Durée

1 jour soit 7 heures

---





## NAISSANCE

# Tire-allaitement

Le tire-allaitement est un choix légitime pour les mères dont le bébé est né prématurément, qui ont souffert de douleurs, qui veulent partager l'alimentation ou qui reprennent le travail sans oublier celles ayant vécu des violences. Pourtant, il est souvent écourté faute d'informations adaptées. Pour le rendre durable, les mères ont besoin de conseils ciblés et précis. Apprenez les bonnes pratiques pour qu'il s'installe et se poursuive aussi longtemps que la maman le désire.



### Objectifs

- Comprendre les bases de l'allaitement normal pendant la période postnatale précoce et au fil des semaines et des mois.
- Évaluer une situation à risque et proposer des solutions adaptées aux difficultés courantes de l'allaitement, en tenant compte des spécificités familiales.
- Gérer les problèmes d'allaitement en première intention, en appliquant des stratégies de soutien immédiates et efficaces.
- Protéger la santé du nourrisson en guidant les parents vers des choix d'alimentation éclairés et en appliquant des pratiques de soins de qualité.
- Développer des stratégies de soutien individualisées, adaptées aux besoins émotionnels et pratiques des familles.



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





NAISSANCE

# Cas cliniques allaitement : repérer tôt, agir vite

Vous accompagnez des familles et jouez un rôle essentiel dans les décisions d'alimentation infantile. Si l'allaitement commence souvent à la naissance, les taux chutent rapidement dans les premières semaines. Cette formation vous permettra de soutenir efficacement les familles en appliquant les bonnes pratiques pour protéger l'allaitement et la santé nutritionnelle du nourrisson. Découvrez des cas cliniques concrets et développez des compétences pratiques pour faire face aux défis quotidiens.



## Objectifs

- Comprendre les bases de l'allaitement normal pendant la période postnatale précoce et au fil des semaines et des mois.
- Évaluer une situation à risque et proposer des solutions adaptées aux difficultés courantes de l'allaitement, en tenant compte des spécificités familiales.
- Gérer les problèmes d'allaitement en première intention, en appliquant des stratégies de soutien immédiates et efficaces.
- Protéger la santé du nourrisson en guidant les parents vers des choix d'alimentation éclairés et en appliquant des pratiques de soins de qualité.
- Développer des stratégies de soutien individualisées, adaptées aux besoins émotionnels et pratiques des familles.



## Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





## NAISSANCE

# Le sevrage

Sevrer son bébé est un moment chargé d'émotions, entre doutes, culpabilité et besoin d'avancer. Comment accompagner une mère dans cette transition sans précipitation ni douleur ? Cette formation vous apportera des clés pour un sevrage respectueux du rythme de chacun, qu'il soit progressif, nocturne ou en urgence. Nous explorerons ensemble les aspects physiologiques, émotionnels et pratiques pour mieux guider les familles.



### Objectifs

- Définir le sevrage et analyser ses différentes représentations culturelles et sociétales
- Identifier les raisons qui poussent au sevrage (choisi, contraint, progressif, brutal...)
- Appréhender le vécu émotionnel des mères et des enfants face au sevrage
- Expliquer les processus hormonaux en jeu et leurs impacts sur la lactation
- Prévenir et gérer les complications telles que l'engorgement ou le risque de mastite
- Assurer la préservation de la santé mammaire et des besoins nutritionnels de l'enfant
- Comprendre le lien entre sevrage et retour de fertilité
- Anticiper les effets du sevrage sur le sommeil de l'enfant
- Adapter l'accompagnement en fonction de l'âge de l'enfant
- Décrire les principes d'un sevrage progressif et ses étapes clés



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



*Nouvelle formation*

---

### Durée

4 heures en visioconférence

---





# Devenez

## PRATICIENNE EN RÉFLÉXOLOGIE BÉBÉ ÉMOTIONNEL EDBN©

UNE TECHNIQUE UNIQUE COMBINANT ART  
ANCESTRAL ET ACCOMPAGNEMENT DES  
EMOTIONS.





# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir PRATICIENNE REFLEXOLOGIE BEBE EMOTIONNEL EDBN©

Vous souhaitez accompagner les bébés et leurs parents vers plus de sérénité et d'harmonie ? Découvrez notre méthode exclusive pour devenir Praticienne en Réflexologie Bébé Émotionnelle EDBN© et développez une expertise précieuse : une approche douce et respectueuse des émotions du bébé & des techniques puissantes pour soulager tensions et inconforts.

## Le parcours de formation

*En visio & présentiel - 4 jours non consécutifs*

Réflexologie bébé  
émotionnel niveau 1



Réflexologie niveau 2



**PRATICIENNE REFLEXOLOGIE  
BEBE EMOTIONNEL**



Rééquilibrage émotionnel par  
la réflexologie (optionnel)  
Tarif : 252€ au lieu de 280€

## Objectifs de ce parcours

- ★ Proposer des séances individuelles en tant que praticienne en Réflexologie bébé émotionnelle.
- ★ Proposer un accompagnement aux futurs et jeunes parents.



**CAROLINE HAMON**

**Référente pôle réflexologie EDBN**  
Réflexologue plantaire et Réflexo-  
Analyste®, créatrice de la Réflexologie  
Bébé Emotionnelle®

NAISSANCE

# Réflexologie bébé émotionnelle niveau 1

Cette formation vous permettra de mettre en œuvre des protocoles spécifiques de réflexologie dès la naissance et d'animer des ateliers de Réflexologie Parents - bébé. Des ateliers collectifs ou individuels dont l'objectif premier sera l'accompagnement et la transmission aux parents.

La réflexologie est un outil merveilleux pour accueillir puis accompagner les bébés, souvent sujets à bien des maux suite à leur naissance. La Réflexologie bébé émotionnelle permettra de prendre en compte l'histoire et les empreintes dans la généalogie de chacun. La « réflexologie du bébé et du jeune enfant » les apaisera. Cette technique permettra aux parents et aux professionnels de répondre aux besoins du bébé et du jeune enfant, que ce soit dans son histoire (difficultés lors de la grossesse/de l'accouchement), au quotidien (douleurs dentaires, constipation...) ou dans son développement (trouble de l'attention, hyper émotionnalité...). Pour les formations en visioconférence et formations hors Ile de France, prévoir de se munir d'un poupon de 50/60 cm.

## Objectifs

- Découvrir les bases de la réflexologie et savoir les adapter aux bébés
- Pouvoir utiliser des protocoles en fonction des maux
- Faire le lien entre les déséquilibres émotionnels et les maux
- Travailler la verbalisation accompagnant la séance
- Mettre en place un atelier parents/enfants, collectif ou individuel

## Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.8/10**



Évalué sur la base de 40 sessions.

*Formatrice dans la bienveillance et dans l'écoute des différentes participantes. Adaptabilité par rapport à la formation en visio. Formation très enrichissante.*

**JUSTINE L.**

## Durée

2 jours soit 14 heures





## NAISSANCE

# Réflexologie bébé émotionnelle niveau 2

Le bébé naît déjà avec un bagage émotionnel lié à sa vie intra utérine et à l'accouchement. Il est ensuite au cœur d'un tourbillon d'émotions durant toute l'enfance.

La réflexologie bébé émotionnelle® permet d'accompagner les émotions du bébé et du jeune enfant par la réflexologie associée à une verbalisation appropriée.

Ce niveau permet de parfaire la pratique vue lors du niveau 1 avec des mises en situation que vous pouvez rencontrer dans vos ateliers ainsi que d'apprendre de nouveaux protocoles pour des situations spécifiques comme les troubles de l'oralité, l'hypersensibilité, la préadolescence...

Vous devenez Praticien/ne en Réflexologie Bébé Emotionnelle et pouvez proposer des séances



### Objectifs

- Proposer des séances individuelles en tant que praticienne en Réflexologie bébé émotionnelle®



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat  
Avoir validé le niveau 1 en Réflexologie bébé émotionnelle® et avoir mis en place des ateliers



*Nouvelle formation*

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





# Devenez

## MONITRICE DE PORTAGE EDBN©

PARCOURS PORTAGE  
PHYSIOLOGIQUE ET  
ATTACHEMENT



[Demande d'information](#)



# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir MONITRICE DE PORTAGE EDBN©

Vous êtes passionnée par le bien-être des bébés et souhaitez accompagner les parents dans l'art du portage physiologique ? Découvrez notre méthode exclusive pour devenir Monitrice de Portage EDBN© !

## Le parcours de formation

*En présentiel - 4 jours non consécutifs*

Portage initiation



Monitrice de portage



**MONITRICE DE PORTAGE**

## Objectifs de ce parcours

- ✦ Animer des ateliers de portage individuels ou collectifs.
- ✦ Connaître et utiliser les différents moyens de portage existants afin de conseiller au mieux les parents



**CENDRINE CALVARY**  
**Référente pôle portage EDBN<sup>57</sup>**  
Monitrice de portage et formatrice

## NAISSANCE

# Portage initiation

Vous êtes professionnel(le)s de santé, de la petite enfance ou de la famille et vous vous trouvez souvent confrontés aux questions concernant le portage physiologique sans pouvoir y répondre. Votre objectif est d'approfondir vos connaissances sur le sujet sans toutefois devenir monitrice de portage afin de mieux accompagner les parents que vous rencontrez. Vous trouverez les réponses à vos interrogations dans la formation Portage Initiation proposée à l'École du Bien Naître.

Nos formatrices, monitrices formées depuis 2014 et formatrices de professionnel(le)s de santé, proposent une initiation sur deux jours pour vous permettre une remise à niveau dans le domaine du portage physiologique.

À l'issue de cette initiation vous connaîtrez les différents types d'écharpes de portage qui existent sur le marché et vous serez en mesure d'accompagner les parents à mieux les utiliser.



### Objectifs

- Connaître et transmettre les bienfaits du portage physiologique, et l'impact d'un portage physiologique ou non pour le porteur et le porté.
- Connaître et transmettre les règles de sécurité d'un portage physiologique.
- Reconnaître les écharpes de portage, expliquer les différences entre chaque type d'écharpe et proposer deux nouages adaptés à chaque type d'écharpe en portage ventral.
- Vous pourrez repérer les problèmes d'installation des bébés déjà portés et proposer un nouage adapté pour un portage en toute sécurité.
- Vous saurez installer un bébé en sling et pourrez montrer aux mamans comment y allaiter leur bébé.



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.7/10**



Évalué sur la base de 23 sessions.

*Formatrice très accessible et dynamique, patiente, attentive à chaque élève, formation très enrichissante et complète.*

**MARIE L.**

### Durée

2 jours soit 14 heures



**58**

NAISSANCE

# Monitrice de portage

Vous êtes professionnel(le)s de santé et vous désirez mettre en place des ateliers de portage individuels ou collectifs au sein de votre ville, cette formation est faite pour vous !

La formation vous permettra de soutenir au mieux les jeunes parents dans leur parentalité et de les accompagner pour trouver le meilleur outil de portage qui les suivra dans leur quotidien. Parce que transmettre ne s'improvise pas, cette formation vous apportera des connaissances pointues sur l'aspect technique et physiologique du portage. Vous apprendrez à utiliser de façon sécuritaire les différents types d'outils de portage qui existent sur le marché et vous travaillerez la pédagogie de transmission bienveillante essentielle pour apporter des conseils avisés et personnalisés à chaque famille.

Lors de cette formation les parties théoriques alterneront avec la pratique des nouages ainsi que de nombreuses mises en situations (atelier pratique avec un couple de parent et son enfant) qui vous permettront de vous sentir compétents pour vous lancer dans vos ateliers de portage dès la fin des 5 jours de formation.



## Objectifs

- Transmettre les règles de sécurité d'un portage physiologique
- Transmettre les bienfaits et les limites du portage dos quel que soit l'outil de portage
- Connaître les différentes techniques de passage au dos et un nouage dorsal
- Connaître et utiliser les différents moyens de portage existants afin de conseiller au mieux les parents
- Proposer des nouages adaptés à chaque type d'écharpe en portage ventral et de côté
- Développer une agilité relationnelle pour accompagner au mieux les parents dans leur accompagnement
- Animer des ateliers de portage individuel ou collectif en vous adaptant à chaque situation.



## Prérequis

- Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.
- Avoir effectué la formation initiation au portage à l'Ecole du Bien Naitre et avoir pratiqué à minima durant 1 mois entre les 2 formations.



**9.9/10**



Évalué sur la base de 14 sessions.

*L'effectif en petit groupe qui permet une plus grande disponibilité de la formatrice et un meilleur entraînement entre nous.*

**CECILE V.**

---

## Durée

2 jours soit 14 heures

---





## NAISSANCE

# Les indispensables de la puériculture

Cette formation a été pensée pour reprendre les bases de la puériculture avec une vision holistique en lien avec l'accompagnement périnatal : celle des soins du nouveau-né en rappelant ses caractéristiques physiques et physiologiques et ses besoins.

De nombreux protocoles de soins existent : quelles sont les recommandations actuelles ? Comment prodiguer les soins du visage, du nez, du cordon, du siège ou encore en lien avec l'adaptation à la vie extra-utérine de la peau ? Comment faire le tri dans les produits destinés à l'hygiène du bébé ? Quels sont les signes qui permettent d'identifier une caractéristique physique normale chez le nouveau-né et d'en évaluer l'évolution ? En faisant un détour par les soins prodigués à la maternité, cela favorisera la projection de votre activité en lien avec un réseau de soins.

En pratiquant ces soins sur poupons de simulation dans un environnement adapté, cette formation vous permet de maîtriser des techniques indispensables, de vous approprier les critères de choix du matériel/produits de soins et d'organisation des soins en lien avec les parents. Mettez en valeur votre place d'accompagnant(e) en périnatalité dans la transmission des soins de puériculture grâce à cette expertise, qui est à la base de nombreuses approches de soins.



### Objectifs

- Revisiter l'adaptation à la vie extra-utérine du nouveau-né en lien avec l'ensemble de ses besoins et de ses compétences
- Savoir expliquer aux parents les caractéristiques physiques et physiologiques du nouveau-né et la conduite à tenir : fontanelles, lanugo, vernix caseosa...
- Prodiger au nouveau-né les soins du visage, soins du nez, soins du cordon, soins du siège sur le côté en sachant transmettre ces savoirs-faire aux parents et en prenant en compte la dimension relationnelle lors des soins
- Se sensibiliser à l'usage thérapeutique du lait maternel
- Utiliser des supports visuels pédagogiques pour expliquer aux parents les soins liés à l'alimentation artificielle du bébé
- Connaître les produits d'hygiène destinés aux bébés et faire le bon choix des produits
- Savoir conseiller les parents sur la prévention et les soins en cas d'érythème fessier selon son stade
- Inclure les réflexes archaïques comme outils de communication lors des soins de puériculture



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.5/10**



Évalué sur la base de 12 sessions.

*Cette formation est parfaite pour démarrer un processus de formation dans l'accompagnement périnatal et pour effectuer une remise à niveau dans ce domaine*

**LUCILE M.**

### Durée

1 jour soit 7 heures



## NAISSANCE

# Les bases indispensables de l'accompagnement périnatal

Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur la grossesse expliqué par une sage-femme : se familiariser avec le jargon médical qui entoure la grossesse, connaître les pathologies de la femme enceinte, connaître la physiologie de l'accouchement, aborder les difficultés des suites de couches, être à jour sur les dernières recommandations en périnatalité... Tout cela afin de se sentir plus à l'aise sur les sujets médicaux-psycho-sociaux qui touche la femme enceinte. Bref, l'indispensable pour être accompagnant en périnatalité.



### Objectifs

- Comprendre le calcul de dates et le terme de la grossesse
- Connaître les grandes phases de développement du fœtus et les dates clés en échographie et en suivi de grossesse
- Reconnaître les principales pathologies de la grossesse
- Connaître les différents types de déclenchements possibles et leurs modalités
- Revoir le déroulement du travail, les modalités d'accouchement par voie basse (instrumentale ou non) et par voie haute
- Connaître le suivi du post partum et les pathologies qui en découlent
- Sensibiliser les stagiaires sur la dépression du post partum
- Mieux comprendre et accompagner les femmes en parcours PMA
- Aborder le deuil périnatal (fausse couche, FCTardive, MFIU...)



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.5/10**



Évalué sur la base de 16 sessions.

*Cette formation nous enrichis aussi bien sûr le plan personnel que professionnel, étant une femme on s'identifie forcément à cette formation. Au delà de l'aspect personnel, ça aide de savoir de quoi on parle aux familles de ne pas être perdu et de comprendre tout le processus de grossesse de la conception jusqu'au post partum.*

**MARION G.**

### Durée

1 jour soit 7 heures



NAISSANCE

# Allaitement et travail

L'allaitement est important pour la santé et le bien être du bébé et de la mère. Et c'est un véritable défi pour les mères qui travaillent que de concilier allaitement et reprise de leur activité professionnelle.

Elles doivent :

- s'organiser pour répondre aux besoins du nourrisson quand elles sont au travail
- maintenir une lactation suffisante pour protéger la santé de l'enfant
- gérer le quotidien à la maison
- rester productive au travail

Et ont besoin d'informations et de soutien pour poursuivre l'allaitement.

Cette formation vise à fournir des connaissances pratiques et des stratégies pour aider les mères qui travaillent à allaiter avec succès.



## Objectifs

- Préparer les mères à la reprise du travail ou aux absences temporaires en abordant les questions relatives à l'expression du lait et à la conservation du lait maternel.
- Décrire les avantages pour les employeurs d'aider les employées qui allaitent à poursuivre l'allaitement lorsqu'elles reprennent le travail.
- Discuter de l'importance de la poursuite de l'allaitement pour les mères et les bébés.
- Partager des méthodes pour apporter un soutien et des aménagements aux employées qui allaitent.
- Discuter des droits des mères qui souhaitent concilier allaitement et travail.
- Fournir des ressources.
- Présenter les conditions requises que le lieu de travail soit favorable à l'allaitement.



## Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance.



*Nouvelle formation*

**Durée**  
3 heures





## NAISSANCE

# Naturopathie et puériculture

La naturopathie se définit comme une médecine traditionnelle qui vise à prévenir, à traiter et à promouvoir la santé en utilisant des méthodes naturelles et remèdes naturels qui favorisent l'auto-guérison et l'équilibre du corps.

La naturopathie offre de nombreux avantages pour la santé et le bien-être de l'enfant, elle propose une approche globale et préventive issue de méthodes naturelles et non invasives pour soutenir sa santé.

Cette formation est conçue pour les professionnels de la santé souhaitant acquérir des connaissances dans le domaine de la santé naturelle de l'enfant.

Cette formation vise à fournir des bases solides pour comprendre, appliquer et conseiller les principes fondamentaux de la naturopathie dans le contexte de la santé infantile.

*Suite à cette formation vous obtiendrez le certificat de « Praticien.ne en mode de vie sain pour l'enfant »*



### Objectifs

- Comprendre le développement de l'enfant et son système immunitaire.
- Promouvoir une alimentation saine dès le plus jeune âge.
- Connaître et utiliser les remèdes naturels issus de la phytothérapie
- Conseiller et accompagner en cas de problème de santé courants, tels que les infections hivernales, les troubles digestifs, les problèmes de peau et les troubles du sommeil.
- Conseiller pour faire de la prévention santé, renforcer le système immunitaire.
- Encourager les modes de vie sains (activité physique, rythme du sommeil, adaptation face aux stress, relation aux autres...)
- Connaître les outils de gestion du stress pour l'enfant
- Connaître l'usage des plantes médicinales et autres méthodes naturelles pour soutenir la santé.
- Connaître les limites de son accompagnement et savoir travailler en collaboration avec d'autres professionnels.



### Prérequis

- Professionnel(le)s de la périnatalité et de la petite enfance
- Professionnel.les paramédicaux (ostéopathes, chiropracteurs...)
- Professionnel.les sage femme



**9.1/10**



Évalué sur la base de 6 sessions.

*Formation très enrichissante sur le plan perso comme pro.*

**CATHERINE L.**

### Durée

2 jours soit 14 heures



## NAISSANCE

# L'attachement et les besoins émotionnels du bébé

Pourquoi la notion d'attachement est-elle si importante en périnatalité ? Qu'est-ce qui différencie l'amour de l'attachement ? Qu'en est-il des troubles de l'attachement et des relations fusionnelles ou de grandes dépendances ? Comment faciliter la création du lien entre le tout-petit et sa mère ? Dès son incarnation, le tout-petit prend sa place d'être humain. Pour un développement heureux, il a des besoins : des besoins primaires bien évidemment mais tout autant des besoins émotionnels qui sont indispensables à son épanouissement psychique et corporel. La théorie de l'attachement nous parle de la sécurité de base nécessaire à chacun pour vivre et non être en survie perpétuelle. Parents et professionnels sont responsables de la possibilité pour le bébé et l'enfant d'intégrer, de faire sienne cet espace de sécurité.



### Objectifs

- Saisir l'importance de la théorie de l'attachement et ses implications
- Développer son observation du tout-petit
- Identifier les besoins émotionnels des bébés
- Soutenir la création du lien entre le bébé et ses parents



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9/10**



Évalué sur la base de 1 session.

*Formateur passionné sur le sujet,  
donne envie de comprendre tous ce  
qui se joue.*

**CELINE D.**

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---



NAISSANCE

# Les pleurs du nourrisson : les comprendre et les accompagner

Bénéficier d'une formation professionnelle sur les pleurs du bébé vous permettra d'acquérir des connaissances théoriques et pratiques sur les pleurs du nourrisson pour accompagner au mieux des parents demandeurs et souvent démunis face à ce sujet.

À l'issue de cette formation, vous serez à même de guider les parents dans la compréhension, l'accueil et la gestion des pleurs de leur bébé afin de favoriser un environnement familial apaisé.

Chaque bébé, chaque parent et chaque relation qui les unie étant unique, cette formation vous apportera les clés pour écouter et accompagner au mieux les besoins de ces familles autour du sujet des pleurs et de l'agitation diurnes et nocturnes.



## Objectifs

- Identifier les différentes fonctions des pleurs chez le nourrisson.
- Connaître le développement (bases biologiques) des pleurs chez le bébé.
- Détailler les facteurs qui vont moduler les pleurs du bébé.
- Apprendre à distinguer les pleurs normaux des pleurs pathologiques.
- Apaiser les pleurs : boîte à outils pour le bébé et pour les parents
- Analyser et accompagner de façon singulière une famille en difficulté avec les pleurs
- Repérer et réorienter les situations à risque



## Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance.



**9.1/10**



Évalué sur la base de 7 sessions.

*Le contenu est très intéressant, de la physiologie, de la prévention, des outils, de l'aide à la communication, tout ce qu'il faut pour accompagner au mieux les parents*

**ALICE T.**

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---



## NAISSANCE

# Processus de paternité : Comment accompagner les pères

### De la grossesse à la paternité avec leur jeune enfant

Cette formation explore le cheminement du devenir père, débutant dès l'annonce de la grossesse et se prolongeant jusqu'aux deux ans de l'enfant. Elle examine les diverses facettes de la paternité, allant des aspects normatifs à ceux associés à la psychopathologie. La session aborde la transition vers la paternité d'un point de vue historique et sociétale, elle proposera une description du processus de paternité et se centrera en anténatal sur la proposition des groupes de paroles dédiés aux futurs pères, mettant en lumière leur rôle complémentaire et spécifique par rapport à la mère. De plus, elle se proposera d'envisager les spécificités relationnelles paternelles dans la dynamique parent-enfant par l'intermédiaire de l'analyse d'une vidéo. Les sujets abordés pourront être divers et nombreux et seront envisagés en fonction des stagiaires : la paternité traditionnelle ou moderne, les deuils périnataux etc. Enfin, cette journée de formation se penche sur des contextes complexes offrant ainsi une perspective éclairée pour les professionnels intervenant dans ce domaine.



### Objectifs

- Mieux comprendre les spécificités du processus de paternité.
- Identifier les points de ressources et de vulnérabilités dans le devenir père.
- Réfléchir à des dispositifs pour accompagner les pères avec leurs bébés et leurs conjointes.
- Réfléchir à sa posture professionnelle dans le repérage des émotions des hommes en périnatalité.
- Savoir repérer et orienter en cas de situations de paternité complexes.



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**8.9/10**



Évalué sur la base de 2 sessions.

*Formation dense et pleines  
d'informations très importantes pour  
nos métiers*

**DELPHINE B.**

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---



## NAISSANCE

# Comprendre le bébé prématuré pour mieux en prendre soin

Lors d'une naissance prématurée, la stimulation des sens du bébé est modifiée et cela a des conséquences sur le développement du nouveau-né et sa prise en charge dès la naissance. Il est intéressant de connaître les différences entre le développement in utero et le développement ex-utero pour comprendre, accompagner et protéger ce développement.

Le bébé prématuré est un petit être immature et fragile, mais doté d'une force et d'une capacité de communication impressionnante. Apprendre à décoder son langage permet de l'accompagner au mieux dans son développement et dans ses apprentissages. Une naissance prématurée est un bouleversement pour toute la famille, il est important que tous soient accompagnés et soutenus pour traverser au mieux cette tempête (soutien des parents, soutien de la fratrie, ce qu'il est bon de mettre en place, les associations qui accompagnent les familles,). Les soins du bébé né prématurément peuvent être adaptés afin que ceux-ci soient mieux tolérés aux vues de son immaturité, cela afin de lui faciliter la vie et de viser un développement de qualité. Il est important également de connaître les risques de troubles de développement lors de naissances prématurées pour pouvoir les détecter au plus vite et accompagner au mieux le bébé et sa famille.



### Objectifs

- Comprendre le mode de fonctionnement du bébé prématuré et connaître les stratégies à mettre en place pour lui permettre d'avoir un développement optimal malgré sa naissance précoce
- Développer son sens de l'observation du bébé fragile et apprendre de décoder son langage, reconnaître les signes de bien-être et signes de difficultés du bébé et savoir quoi mettre en place pour l'aider à avoir le meilleur développement
- Réaliser des soins de qualité adaptés à ces êtres immatures pour les aider à avoir un bon développement neurologique et moteur (connaître les spécificités de la prise de contact avec le bébé prématuré, son positionnement, le handling, les petits soins, le bain et l'alimentation).
- Pouvoir transmettre ce savoir aux parents et à l'entourage du prématuré afin que chacun soit attentif à ce développement précieux
- Reconnaître les difficultés post-hospitalisation pour la famille et connaître les services de soutien et d'accompagnement existants
- Connaître les risques de complications liés à la prématurité afin de les détecter au plus vite



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.7/10**



Évalué sur la base de 3 sessions.

*Le contenu de la formation est top, tout est très bien expliqué. Formatrice très agréable, on ne voit pas la formation passer tellement c'est intéressant.*

**CAMILLE R.**

### Durée

1 jour soit 7 heures





## NAISSANCE

# L'éclairage des neurosciences pour mieux comprendre et accompagner le tout petit

Dans cette formation, nous visitons de manière interactive et ludique les données issues des recherches en neurosciences cognitives et affectives qui éclairent le développement moteur, intellectuel et psychoaffectif des jeunes enfants et leurs besoins fondamentaux. Cette formation propose des pistes concrètes pour identifier la juste place de l'adulte au quotidien avec les jeunes enfants et les accompagner dans le développement de leurs compétences cognitives et socio-émotionnelles.



### Objectifs

- Mettre en pratique les données issues des recherches actuelles en neurosciences cognitives et affectives sur le terrain avec les jeunes enfants : posture de l'adulte, aménagement de l'espace, matériel, itinérance et développement des compétences socio-émotionnelles.
- Décrire les spécificités du cerveau du jeune enfant et les besoins qui en découlent
- Décrire les modes d'apprentissages de l'enfant
- Décrire les principes du jeu libre et le rôle de l'adulte dans ce paradigme
- Identifier les clés pour adapter sa communication aux capacités du jeune enfant
- Identifier les clés pour favoriser le développement cognitif des jeunes enfants via l'exploration active
- Identifier les clés pour favoriser leur maturation émotionnelle



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.2/10**



Évalué sur la base de 3 sessions.

*Je recommande cette formation car plus de professionnels mais aussi de parents devraient être informés des connaissances actuelles sur le développement du cerveau de l'enfant*

**LESLIE J.**

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





## NAISSANCE

# Adapter son accompagnement face à la pathologie et au handicap

Accompagner avec bienveillance les nouveau-nés porteurs de handicaps et leurs parents, à travers des soins adaptés et un environnement sécurisant, pour favoriser un lien d'attachement et une approche périnatale holistique et inclusive.



### Objectifs

- Comprendre et répondre aux besoins spécifiques des bébés porteurs de handicaps / pathologies.
- Accompagnement des parents, renforcement du lien d'attachement, outils de communication
- Adapter le soin du bain
- S'appuyer sur des bases scientifiques pour un soin inclusif et bienveillant.



### Prérequis

- Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat
- Avoir été formé au Thérapeutique bain bébé ou au bain enveloppé



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





NAISSANCE

# Hygiène de vie de la femme allaitante

Cette formation digitale vous permettra de transmettre à la femme allaitante des recommandations de santé publique : nutritionnelles, environnementales, sanitaires.



## Objectifs

- Connaître les recommandations en matière d'alimentation et d'hydratation de la femme allaitante.
- Appréhender les caractéristiques du sommeil de la mère durant l'allaitement maternel.
- Informer la mère allaitante des activités physiques bienfaitrices durant cette période.
- S'informer des ressources scientifiques et validées sur la médication durant la période d'allaitement.
- Connaître les risques encourus par l'utilisation de substances nocives (tabac, alcool, cannabis) chez le nouveau-né/nourrisson.
- Accompagner au mieux la mère dans la gestion du stress.
- Être en mesure d'accompagner la mère allaitante pour limiter son exposition aux polluants environnementaux.



## Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

1 heure 30

---



**POST PARTUM**

72

MASSAGE POST NATAL

---

73

SOIN REBOZO

---

74

YOGA POST NATAL

---

75

HAPTO BIEN NAITRE NIVEAU 3 :  
L'ACCOMPAGNEMENT AFFECTIF EN  
POST NATAL

---

76

SOPHROLOGIE : UN OUTIL  
D'ACCOMPAGNEMENT POST NATAL  
POUR LA MÈRE ET L'ENFANT



## POST PARTUM

# Massage post natal

L'accouchement passé, la jeune maman a besoin d'un moment entièrement consacré à elle, destiné à se reconnecter à son corps qui a subi tant de changements. Ce massage se reçoit idéalement durant le mois d'or, celui qui suit l'accouchement. Il permet à la jeune maman de se réapproprier son corps, de travailler sur son bassin et de s'offrir un moment pour elle. Il travaille aussi bien sur la sphère physique que psycho-émotionnelle. Vous apprendrez les gestes de massages et les techniques pour répondre aux besoins psycho-émotionnels et physiques de la jeune maman.



### Objectifs

- Connaître les techniques et les gestes de massage de la jeune maman
- Maîtriser les contre-indications du massage de la jeune maman
- Adopter une approche psycho-émotionnelle de la future maman
- Apprendre un protocole complet de massage postnatal et savoir l'adapter selon le type d'accouchement
- Connaître les gestes de massage pouvant soulager la maman lors de l'allaitement.
- Utiliser différentes techniques telles que le resserrage de Bassin ou l'accupression pour soulager les maux dus à la vie de jeune maman ou orchestrés par l'accouchement.
- Maîtriser le bon positionnement du praticien
- Connaître les huiles végétales, les Hydrolats et les huiles essentielles



### Prérequis

- Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat
- Il est fortement recommandé d'avoir suivi la formation massage femme enceinte ou d'être praticien en massage ou kinésithérapeute.



**9.9/10**



Évalué sur la base de 7 sessions.

*J'ai adoré la formatrice et tout l'apport théorique.  
Petit groupe alors très très bien entourés et encadrés  
Bien au delà de mes espérances concernant cette formation.*

**LUDIVINE L.**

### Durée

2 jours soit 14 heures





## POST PARTUM

# Soin rebozo

La période postnatale est sacrée car elle est l'occasion d'intégrer pleinement l'accouchement et de découvrir son nouveau-né. Beaucoup de cultures l'ont compris. Elles ont su développer des coutumes, des rites et des soins adaptés pour offrir aux femmes l'appui nécessaire à la traversée de cette étape importante. Le soin rebozo, tel que nous le connaissons aujourd'hui en France, est l'interprétation d'un soin ancestral d'origine sud-américaine. Ce soin est principalement donné par les sage-femmes traditionnelles. Il est considéré comme un rituel de passage qui peut être donné très simplement et sans prétention. Il n'existe d'ailleurs pas de protocole rigoureux, le serrage du corps avec ce châle si particulier n'étant pas une pratique figée car elle s'adapte à chaque femme qui le donne et chaque femme qui le reçoit.

A l'École du Bien-Naitre, nous avons choisi de proposer une transmission sur trois jours. Pendant ces trois jours, vous aurez la possibilité de recevoir le soin et l'intégrer. Vous recevrez également les clés précieuses pour l'offrir, seule ou en binôme, à vos proches et à vos clients/patientes. Le soin rebozo est intime et puissant. Il marque la mémoire des femmes et des familles que l'on accompagne.



### Objectifs

- Découvrir les bienfaits de l'utilisation du rebozo
- Assimiler les différentes étapes du soin rebozo et comprendre en quoi ce soin est bénéfique pour les jeunes mères.
- Notions de base du toucher (effleurage, enveloppement, massage profond)
- Connaître les plantes qui peuvent être utilisées pour le soin rebozo
- Recevoir et pratiquer le soin rebozo seule et en binôme
- Comprendre la différence entre le serrage du bassin et le bandage du bassin



### Prérequis

- Avoir suivi la formation Massage femmes enceintes à l'École du Bien-Naitre ou être praticien de massage bien-être certifié.
- Une maîtrise de l'anatomie est fortement appréciée pour suivre la formation.



**9.6/10**



Évalué sur la base de 5 sessions.

*Grande qualité d'enseignement et  
qualité humaines de la formatrice*

**MARINE G.**

---

### Durée

3 jours soit 21 heures

---





## POST PARTUM

# Yoga Post Natal

Les connaissances acquises au cours de la formation vous permettront de proposer des séances individuelles ou collectives et d'accompagner la jeune maman et son bébé dès après l'accouchement, si le professionnel de santé qui la suit a donné son accord bien sûr. Vous vous formerez à un ensemble de postures physiques de yoga restauratif et de yin yoga et de respirations adressant périnée et transverse, spécialement pensées pour accompagner la jeune maman.

Vous apprendrez des techniques de pranayama (respirations guidées) adaptées au post-partum, ainsi que des méthodes de yoga nidra. Vous vous familiariserez également avec la philosophie de « non-agir » du yin yoga issue du Tao, tellement bénéfique dès la naissance de bébé et permettant de se reposer aussi bien que si on avait eu le temps de faire une bonne sieste. Enfin, vous apprendrez à proposer des méthodes de visualisation empruntées à l'auto-hypnose pour accompagner vos séances. Vous serez à même de créer des séances individuelles et collectives sur-mesure à l'issue de la formation.



### Objectifs

- Proposer des séances individuelles de yoga restauratif, yin yoga et yoga nidra aux jeunes mamans et à leurs bébés.
- Organiser un atelier collectif de yoga restauratif, yin yoga et yoga nidra pour les jeunes mamans et leurs bébés.
- Comprendre des postures de yoga restauratif et de yin yoga, des techniques de respirations spécialement adaptées au post-partum, et du yoga nidra pour accompagner les futures mamans après l'accouchement et pendant les premiers mois de la vie de bébé.
- Travailler la posture permettant d'accueillir maman et bébé avec calme, ancrage, douceur et sourire quoi qu'il puisse se passer au cours de la séance, découvrir et maîtriser l'approche utilitaire indispensable dans ce cadre.
- Savoir prendre le temps d'accueillir et de se « synchroniser » avec la future maman et à son bébé, de manière à proposer à chacune et à chacun une séance sur-mesure qui - tout en tenant compte de leurs préférences et de leurs besoins- sera différente à chaque fois.
- Expérimenter et comprendre le concept de « non-agir »
- Commencer à s'initier à des rudiments de visualisations issues des méthodes d'autohypnose ainsi qu'au yoga nidra pour accompagner et approfondir l'expérience des jeunes mamans et accompagner le lien avec bébé.



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.



*Nouvelle formation*

### Durée

2 jours soit 14 heures



POST PARTUM

# Hapto Bien Naitre niveau 3 : l'accompagnement affectif en post natal

Approfondissez votre expertise postnatale avec Hapto Bien Naitre : une formation avancée pour accompagner les émotions, reconstruire le lien corporel et affectif après la naissance, et soutenir les premiers échanges parents-bébé dans une dynamique sécurisante et sensorielle.



## Objectifs

- D'avoir une compréhension approfondie d'«Hapto Bien Naitre» en post partum.
- Développer des compétences pratiques pour accompagner les parents et leur bébé après la naissance
- Apprendre à gérer les émotions et les tensions postnatales avec «Hapto Bien Naitre».



## Prérequis

Tous les professionnel(le)s de santé qui utilisent de près ou de loin le sens du toucher : Sage femme, accompagnante périnatale, Auxiliaire de puériculture, kinésithérapeute, ostéopathe, doula ...



*Nouvelle formation*

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





## POST PARTUM

# Sophrologie : un outil d'accompagnement post natal pour la mère et l'enfant

« Prendre soin de la mère pour accompagner et soutenir la parentalité »

Cette formation vise à doter les professionnels de santé et de la petite enfance des outils nécessaires pour intégrer la sophrologie et la relaxation dans leur pratique quotidienne, améliorant ainsi l'accompagnement des mamans et des nouveau-nés durant la période postnatale. Les participants repartiront avec des compétences pratiques et des ressources théoriques pour enrichir leur accompagnement et favoriser le bien-être.



### Objectifs

- Comprendre la Sophrologie : Définir la sophrologie, ses principes et ses bienfaits, notamment dans le cadre postnatal
- Identifier les enjeux psychologiques et physiques auxquels les mamans font face lors de la période postnatale.
- Comment la relaxation de la mère peut être un atout majeur dans l'introduction aux accompagnements proposés (bain, Tbb, massage bébé, massage post natal)
- Techniques Sophrologiques : Apprendre des outils et des techniques spécifiques de sophrologie et relaxation simples adaptées aux mamans et aux nouveau-nés en atelier individuel et collectif.
- Intégration Pratique : Savoir comment intégrer ces outils dans les pratiques professionnelles pour un accompagnement optimisé.
- Évaluation des Bénéfices : Développer des compétences pour évaluer l'impact des techniques de sophrologie sur le bien-être des mamans et des bébés. ( lien mère -bébé, gestion du stress, des émotions du post partum, )



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---



**BIEN GRANDIR**

78

DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE ET DME

---

79

CRÉER ET ANIMER UN ATELIER DE PRÉVENTION DES ACCIDENTS DOMESTIQUES ET GESTION DE L'URGENCE À DESTINATION DE PARENTS

---

80

MOTRICITÉ ÉVEIL

---

81

COMMUNICATION ENRICHIE PAR LES SIGNES

---

82

MASSAGE ENFANT (DE 5 À 12 ANS)



## BIEN GRANDIR

# Diversification alimentaire et DME

Convaincue que l'alimentation est notre première médecine et que c'est dès le berceau que nous devons donner le meilleur à nos bébés pour leur santé future.

Cette formation est dispensée par une docteure en biologie de formation de l'université Paris-Sorbonne Pierre et Marie Curie (Paris 6), experte en alimentation infantile. Elle accompagne les parents et professionnel(le)s pour qu'ils maîtrisent tous les réflexes d'une alimentation adaptée à la croissance et l'éveil de bébé.



### Objectifs

- Connaître et être en mesure de proposer la diversification alimentaire classique aux parents : maîtriser l'équilibre alimentaire dans son assiette selon l'âge de bébé lors des moments clés de ses étapes de développement.
- Savoir équilibrer les menus sur la semaine et s'organiser en cuisine.
- Connaître et être en mesure de proposer la diversification menée par l'enfant (DME) : étapes clés à connaître, avantages de la DME et les erreurs à ne pas commettre en la pratiquant.
- Maîtriser les bases de l'éveil au goût et aux textures.
- Accompagner les parents dans leurs premiers pas pour cuisiner pour leur bébé : apprendre à choisir les bons produits, équilibrer les menus et s'organiser en cuisine au quotidien pour gérer des âges différents et moduler l'apport en fonction de la crèche ou de ce que les bébés mangent ailleurs.



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.2/10**



Évalué sur la base de 9 sessions.

*Intervenante qui m'a apporté beaucoup de connaissances basées sur des études scientifiques ce qui est très enrichissant pour des professionnel(le)s de santé !*

**DELPHINE K.**

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---





## BIEN GRANDIR

# Créer et animer un atelier de prévention des accidents domestiques et gestion de l'urgence à destination de parents

Les accidents de la vie courante sont à l'origine de nombreux passages aux urgences et sources d'angoisse pour les jeunes parents. Ils constituent aussi la première cause de décès chez l'enfant. Une prise en charge précoce et efficace est essentielle devant une situation d'urgence potentielle ou vitale. L'École du Bien Naitre vous propose une formation complète pour sensibiliser les parents lors d'ateliers collectifs et/ou de visites à domicile autour de la prévention des accidents domestiques et de la gestion de l'urgence. D'une sensibilisation aux accidents de la vie courante et de leur prévention, à la pratique d'un massage cardiaque externe, en passant par la désobstruction d'un corps étranger ou encore la conduite à tenir devant une convulsion hyperthermique ou encore une brûlure, une chute ou un traumatisme dentaire, c'est aussi l'occasion pour vous de réactualiser vos connaissances et techniques en gestes de premiers secours spécifiquement pédiatriques.



### Objectifs

- Savoir créer et animer un atelier « prévention des accidents domestiques et gestion de l'urgence » à destination de parents, en atelier collectif et à domicile.
- Savoir structurer la création d'un atelier collectif en utilisant la méthode QOQQCP
- Savoir organiser une consultation de sensibilisation à la prévention des accidents de la vie courante au domicile des parents en mobilisant des supports pertinents
- Acquérir des compétences relationnelles et pédagogiques pour transmettre aux parents des informations en lien avec les situations d'urgence
- Être en mesure de former les parents à l'alerte des secours, l'évaluation de l'état d'une victime lors d'une situation d'urgence médicale et à la préservation de l'intégrité physique de la victime en attendant l'arrivée des secours
- Maîtriser et savoir transmettre la technique de désobstruction des voies aérienne en cas d'inhalation d'un corps étranger chez le nourrisson et chez l'enfant (Moffenson / Heimlich)
- Acquérir des connaissances permettant d'évaluer la gravité d'une brûlure et la conduite à tenir et savoir transmettre ces connaissances
- Connaitre les différents traumatismes dentaires, leurs risques et leur prise en charge, et savoir transmettre ces connaissances
- Appréhender la prise en charge d'un enfant en bas âge présentant un traumatisme osseux (dont le traumatisme crânien)
- Acquérir des notions sur les convulsions et les malaises et la conduite à tenir



### Prérequis

Être professionnel(le) de santé ou de la périnatalité (diplômé d'Etat)



**9.2/10**



Évalué sur la base de 2 sessions.

*Formatrice super, répond aux questions, très professionnelle, plein d'idée de support et aide*

**MARIE C.**

### Durée

1 jour soit 7 heures



## BIEN GRANDIR

# Motricité éveil

Nous entendons beaucoup parler d'autonomie précoce du jeune enfant dans une société hypermoderne où tout va très vite, tout en ayant conscience de l'importance de respecter le rythme et le développement de l'enfant. Nous sommes confrontés à un paradoxe difficile à déjouer : Quel temps laisser à l'enfant pour se développer et comment prendre du « temps de qualité » avec lui ? Quel positionnement de l'adulte pour favoriser l'éveil du tout petit et son développement psychomoteur (DPM) ?

L'observation conjointe et partagée du bébé avec les parents le soutient dans son développement et pose les bases d'une approche psychopédagogique réussie. Venez étayer un regard éclairé pour conseiller au mieux les jeunes parents, en individuel ou lors d'ateliers collectifs, sur les manipulations et approches favorisant le développement harmonieux de leur bébé et sur le choix des articles de puériculture et d'éveil.



### Objectifs

- Comprendre les principes du développement psychomoteur jusqu'à la marche pour en tirer des astuces pratiques utiles au quotidien.
- Accompagner le DPM du nourrisson par une approche inspirée entre autres des pédagogies d'Emmi Pikler et de Maria Montessori.
- Connaître et savoir transmettre aux parents, les fondamentaux d'une motricité optimale ainsi que les critères de choix du matériel et d'aménagement de l'espace adaptés à cette approche.
- Savoir organiser et mettre en place des situations de jeux favorisant l'éveil et la motricité de l'enfant selon sa tranche d'âge.
- Se sensibiliser au portage physiologique et à l'impact du handling sur le DPM.
- Proposer des ateliers collectifs sur le choix des articles de puériculture et d'éveil favorables au développement harmonieux du tout petit et sensibiliser les parents. aux manipulations quotidiennes en lien avec la posture physiologique, le besoin de se mouvoir et les besoins psycho-affectifs du bébé.
- Observer et savoir repérer les signes d'alertes du développement psychomoteur, orienter si besoin



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.9/10**



Évalué sur la base de 7 sessions.

*Formation complète et enrichissante. Je me sens à l'aise pour proposer des ateliers.*

**MARINE R.**

### Durée

2 jours soit 14 heures





## BIEN GRANDIR

# Communication enrichie par les signes

Un bébé a un accès à la parole autour de 24 mois, mais sa motricité peut lui permettre de s'exprimer gestuellement à l'âge de 8 mois.

L'idée est de mettre à disposition un lot de signes accessibles au bébé pour qu'il puisse exprimer lui-même ses besoins. Elle permet de mieux comprendre ce que les bébés ont à nous dire, bien avant l'accès à la parole : tout en évitant l'interprétation et être dans une réelle écoute de l'enfant.



### Objectifs

- Découvrir l'intérêt de signer, ses bienfaits, et les positions à adopter pour signer en toute sérénité avec bébé
- Comprendre l'histoire de la culture sourde et les principes de la langue des signes françaises (LSF)
- Vous saurez signer les signes principaux pour faciliter la communication avec les bébés au sein de votre profession (environ une centaine de signes)
- Appropriation des comptines signées les plus connues pour pouvoir les mémoriser plus facilement
- Communiquer et expliquer le concept aux familles, leur transmettre les signes et répondre aux questions qu'elles se posent sur le concept



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.3/10**



Évalué sur la base de 5 sessions.

*Formation dynamique et très intéressante. En intégrant des supports et des accessoires ludiques.*

**STEPHANIE M.**

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---



BIEN GRANDIR

# Massage enfant (de 5 à 12 ans)

Le massage pour enfants est une pratique bénéfique qui peut avoir des effets positifs durables sur leur bien-être physique, émotionnel et social. En intégrant le massage dans leur routine quotidienne, les enfants peuvent apprendre à mieux gérer le stress et à apprécier les moments de détente, ce qui les prépare à une vie plus équilibrée et sereine.



## Objectifs

- Comprendre la physiologie et la psychologie de l'enfant
- Répondre et s'adapter aux besoins / âge de l'enfant
- Apprendre un protocole complet et structuré et être capable de vous adapter à chaque enfant
- Apprendre des protocoles pour animer des ateliers ludiques en structure : « automassage enfant » et « massages guidés habillés » (écoles, centres de loisirs, diverses structures d'accueil ...)



## Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat.

Avoir suivi, au préalable, la formation une massage bébé ou une formation massage femme enceinte ou en massage bien-être.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

2 jours soit 14 heures

---



**BIEN ÊTRE DE  
LA FEMME**

84

RÉÉQUILIBRAGE ÉMOTIONNEL PAR  
LA RÉFLEXOLOGIE

---

87

KOBIDO RENAISSANCE

---

88

MASSAGE AYURVÉDIQUE

---

89

NUTRITION NIVEAU 1 -  
L'ALIMENTATION A TOUS LES  
CYCLES : FOCUS SUR  
L'INFLAMMATION ET LE  
MICROBIOTE INTESTINAL

---

90

NUTRITION NIVEAU 2 - STRESS  
OXYDANT, MICRONUTRIMENTS ET  
EQUILIBRE HORMONAL LIES A  
L'ALIMENTATION



## BIEN ÊTRE DE LA FEMME

# Rééquilibrage émotionnel par la réflexologie

La réflexologie des chakras au service du post partum.

L'arrivée d'un bébé est un chamboulement dans la vie d'un couple. La Réflexologie plantaire peut être un merveilleux outil pour apaiser les émotions liées à la grossesse et à la naissance. Venez découvrir une approche innovante de ce soin énergétique adapté au post-partum et à tous les adultes. Vous pourrez accompagner les mamans mais aussi les papas, trop souvent oubliés dans les risques de dépression.



### Objectifs

- Mettre en lien les chakras et la réflexologie plantaire
- Proposer un accompagnement aux futurs et jeunes parents
- Ajouter un outil à votre accompagnement déjà existant
- Repérer un déséquilibre émotionnel
- Savoir effectuer une séance de Réflexologie des chakras



### Prérequis

Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance

Formation non préconisée aux femmes enceintes



**10/10**



Évalué sur la base de 8 sessions.

*Une formation dans laquelle j'ai appris  
tant personnellement que  
professionnellement*

**ALICE T.**

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---

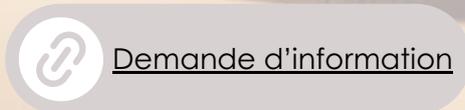




# Devenez

## PRATICIENNE EN MASSAGE HOLISTIQUE DU FEMININ©

LES MÉTHODES DE MASSAGE HOLISTIQUE  
POUR LA FEMME.





# Découvrez notre méthode exclusive pour devenir PRATICIENNE EN MASSAGE HOLISTIQUE DU FEMININ

Vous souhaitez accompagner les femmes vers un mieux-être global et une profonde reconnexion à leur corps ? Découvrez notre parcours exclusif pour devenir Praticienne en Massage Holistique du Féminin et développez une expertise précieuse : une approche douce et respectueuse des cycles féminins & des techniques puissantes pour apaiser tensions, émotions et inconforts.

## Le parcours de formation

*En visio & présentiel - 8 jours non consécutifs*

Massage femme enceinte



Massage post natal



Soin Rebozo

*ou*

Massage ayurvédique

*ou*

Kobido renaissance



**PRATICIENNE EN MASSAGE  
HOLISTIQUE DU FEMININ**

## Objectif de ce parcours

- ✦ Proposer des massages de la femme de la grossesse au post-partum dans sa globalité en cabinet ou à domicile.



## BIEN ÊTRE DE LA FEMME

# Kobido Renaissance

### KOBIDO® PRE ET POST PARTUM

Le massage facial Kobido® Renaissance est une philosophie, une valeur. Plus qu'une simple parenthèse de détente ou un outil d'accès à la relaxation, il est un acte global de bien-être du corps et de l'esprit qui permet à la femme de se reconnecter à son corps profondément.

Le massage KOBIDO® a puisé son inspiration en Chine puis au Japon, il était initialement réservé aux Impératrices et aux Geishas.

Il devient par la suite un art traditionnel, au même titre que l'Ikebana (l'art du bouquet) ou que la cérémonie du Thé.

Il s'agit d'une alternative douce et naturelle qui consiste à réveiller, repulper, et regorger le visage en partant du naturel de celui-ci. C'est un massage facial qui est pratiqué avec une grande rigueur et durant lequel chaque centimètre carré du visage, des maxillaires jusqu'au front, est sollicité selon des gestuelles très précises.

Ainsi comme la nature, le visage reprend ses droits.



### Objectifs

- Connaître les clés et le savoir nécessaire afin d'exercer à votre tour ce massage pré et post-natal qui est un massage d'apaisement psychique et corporel dont la femme a souvent bien besoin après la grossesse et l'accouchement mais également tout au long de sa vie de femme.
- Maîtriser les techniques de massage du visage d'une heure
- Être en mesure d'offrir à la femme, une bulle de bien-être.



### Prérequis

- Professionnels de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.5/10**



Évalué sur la base de 7 sessions.

*Une réelle découverte d'un art mis au service du soin de l'équilibre de l'harmonie de la personne.*

**MARIE O.**

### Durée

3 jours soit 21 heures



BIEN ÊTRE DE LA FEMME

# Massage ayurvédique

Cette formation présente l'Ayurveda, sa vision du bien-être, de l'équilibre et du massage. Une initiation aux principes fondamentaux permettra de comprendre cette approche holistique source de méthodes de bien-être dont le massage. Comprendre les constitutions (tempéraments), les déséquilibres, les raisons qui altèrent le bien-être et les différentes approches qui permettent de retrouver l'équilibre.

Parmi celles-ci le massage tient une place fondamentale. Les nombreuses techniques de soins qu'offre l'Ayurveda permettent d'équilibrer le corps et l'esprit et d'harmoniser le lien entre les deux. Il apporte selon les inconforts exprimés, détente et sérénité ou relaxation et sentiment de paix ou dynamisme et clarté d'esprit.



## Objectifs

- Maîtriser les notions de base de l'Ayurveda
- Reconnaître les différents tempéraments selon l'Ayurveda
- Déterminer le dosha à l'origine du déséquilibre
- Orienter le massage (rythme, pression gestuelle adaptée...) selon la manifestation du déséquilibre et savoir choisir les huiles adaptées
- Proposer les conseils en nutrition, hygiène et rythme de vie
- Conseiller les produits pour retrouver l'équilibre et pour allier bien-être relaxation et équilibre



## Prérequis

- Tous les professionnels de la santé, de la périnatalité, les intervenants des secteurs paramédicaux, du soin, ainsi que toute personne souhaitant monter en compétence sur cette thématique sont éligibles à cette formation.



*Nouvelle formation*

---

### Durée

3 jours soit 21 heures

---





## BIEN ÊTRE DE LA FEMME

# Nutrition niveau 1 - l'alimentation à tous les cycles : focus sur l'inflammation et le microbiote intestinal

Dans un contexte de cacophonie alimentaire où l'on entend tout et son contraire, Rivka De Paz, Dr en pharmacie et experte en nutrition fonctionnelle, déconstruira tous les mythes et croyances autour de l'alimentation et des compléments alimentaires, afin de lutter contre le vieillissement accéléré, les pathologies chroniques, surpoids, déséquilibres hormonaux. Lors de ces deux jours, vous comprendrez l'impact majeur de l'intégrité de notre microbiote intestinal sur notre santé : surpoids, fatigue chronique, déséquilibres hormonaux, faiblesse immunitaire, vieillissement prématuré... Bien que cela puisse sembler peu intuitif, vous découvrirez au cours de cette formation que l'origine de toute maladie se trouve dans l'intestin ! Vous apprendrez que la prise de certains compléments alimentaires n'est pas une décision à prendre à la légère ; il est essentiel de les utiliser avec discernement pour en assurer une consommation sécurisée. A l'issue de cette formation, vous saurez accompagner vos clientes/patientes avec un modèle alimentaire adapté à leur profil. Grâce à un jeu de mises en situations, vous saurez également les conseiller de façon sécurisée sur les priorités en matière de supplémentation.



### Objectifs

- Comprendre des notions fondamentales : épigénétique, principe d'hormèse, différence entre inflammation aiguë et inflammation de bas grade
- Connaître les causes majeures du vieillissement accéléré
- Connaître le fonctionnement du tube digestif, les différentes barrières intestinales dont le microbiote intestinal.
- Connaître les rôles principaux du microbiote intestinal
- Connaître le fonctionnement d'une détoxification hépatique et les solutions face aux contaminants auxquels nous sommes exposés (métaux lourds, arsenic, ...)
- Être capable de faire une anamnèse alimentaire de façon efficace et pouvoir ainsi :

> Conseiller un modèle alimentaire personnalisé

> Délivrer des conseils de base en matière de supplémentation, de façon sécurisée

- Connaître les dangers de certains compléments alimentaires, et lesquels nécessitent obligatoirement une prise de sang au préalable
- Savoir expliquer au patient le lien fondamental entre intestin et pathologies inflammatoires chroniques



### Prérequis

- Tous les professionnels de la santé, de la périnatalité, les intervenants des secteurs paramédicaux, du soin, ainsi que toute personne désireuse d'acquérir des connaissances sur cette thématique, sont éligibles à cette formation.
- Le statut d'Ambassadrice en accompagnement du féminin nécessitera une validation préalable du profil ainsi qu'un cursus complet de formation.



*Nouvelle formation*

### Durée

2 jours soit 14 heures





## BIEN ÊTRE DE LA FEMME

# Nutrition niveau 2 - stress oxydant, micronutriments et équilibre hormonal liés à l'alimentation

Une des causes majeures de l'accélération du vieillissement cellulaire à l'origine de l'explosion des pathologies de civilisation (diabète, maladies inflammatoires chroniques, cancer, maladies neurodégénératives...), est le stress oxydant. Lors de cette journée vous connaîtrez les solutions qui existent pour améliorer notre défense antioxydante, et vous comprendrez en quoi un déficit/carence en micronutriments peut gravement perturber notre équilibre hormonal.

Lors de cette journée, la formatrice enseignera également comment utiliser les compléments alimentaires à bon escient, lesquels peuvent être délétères pour notre santé, et lesquels prioriser. En effet, la quantité d'informations que l'on reçoit au quotidien par les réseaux sociaux ou autres canaux fait qu'il est très facile de s'y perdre en la matière.

Vous comprendrez également les liens entre thyroïde, burn-out, et équilibre hormonal sexuel. Ainsi, à l'issue de cette formation, vous saurez personnaliser vos conseils au sujet de l'alimentation et de la supplémentation chez la femme en pré/périménopause et ménopause.



### Objectifs

- Connaître le fonctionnement de la mitochondrie, et du stress oxydatif qui en découle
- Comprendre en quoi notre santé repose sur un bon fonctionnement mitochondrial
- Connaître les différents micronutriments essentiels, leurs rôles physiologiques, dans quels aliments ils se trouvent.
- Connaître quels compléments alimentaires conseiller en priorité, lesquels sont délétères s'il n'y a pas de carence avérée.
- Connaître les formes de compléments les plus biodisponibles, comment les conseiller en fonction de la problématique du patient, avec la bonne posologie
- Connaître les éléments clés de la synthèse des hormones stéroïdes
- Comprendre le lien étroit entre thyroïde, surrénales et hormones sexuelles
- Connaître les signes cliniques de :
  - > Épuisement surrénalien/burn out
  - > Hypothyroïdie
  - > Imprégnation oestrogénique



### Prérequis

- Tous les professionnels de la santé, de la périnatalité, les intervenants des secteurs paramédicaux, du soin, ainsi que toute personne désireuse d'acquérir des connaissances sur cette thématique, sont éligibles à cette formation.
- Avoir suivi la formation "Nutrition niveau 1 - Vieillesse cellulaire, inflammation et microbiote intestinal : en pré-ménopause et ménopause"



*Nouvelle formation*

### Durée

1 jour soit 7 heures



**ACCOMPAGNEMENT  
DES PROFESSIONNELS**

92

APPRENDRE À COMMUNIQUER SUR  
LES RÉSEAUX EN TANT  
QU'ACCOMPAGNANT(E)  
PÉRINATAL(E)

---

93

CRÉER SON ENTREPRISE ET  
DÉVELOPPER SA COMMUNICATION  
EN TANT QU'ACCOMPAGNANT(E)  
PÉRINATAL(E)

## ACCOMPAGNEMENT DES PROFESSIONNELS

# Apprendre à communiquer sur les réseaux en tant qu'accompagnant(e) périnatal(e)

La communication et la maîtrise des outils digitaux permettent de déployer son service auprès de ses clients et de donner une réalité à son projet professionnel. Cela repose sur l'acquisition de notions de design graphique, web marketing, développement de site, personal branding.

La formation est dédiée aux femmes qui souhaitent acquérir une formation leur permettant de connaître les tendances actuelles et futures de la communication digitale dans leur domaine d'exercice. Mais aussi de maîtriser le b.a-ba de la création de site, des réseaux sociaux et de leur gestion...

Alors lancez-vous !

### Objectifs

- Connaître toutes les tendances actuelles et futures de la communication digitale dans notre domaine d'activité
- Être en mesure de créer son propre site web et sa charte graphique
- Savoir identifier les tendances relatives à la communication et au design graphique dans le domaine de la périnatalité et parentalité pour construire une belle marque professionnelle
- Développer une vision large de la communication média sociaux : comprendre la publicité, le référencement, l'administration de comptes sociaux et leur développement

### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9.8/10**



Évalué sur la base de 8 sessions.

*J'ai beaucoup apprécié la qualité globale de la formation. C'est agréable d'être en face d'une personne qui connaît son métier et qui sait le transmettre.*

**ANNABELLE F.**

---

### Durée

1 jour soit 7 heures

---





## ACCOMPAGNEMENT DES PROFESSIONNELS

# Créer son entreprise et développer sa communication en tant qu'accompagnant(e) périnatal(e)

Quelle belle aventure que celle de l'entrepreneuriat ! Et pourtant, celle-ci est bien souvent redoutée. En effet, le lancement de sa propre entreprise ou auto-entreprise est une étape de vie professionnelle décisive pour laquelle l'accompagnement de qualité se fait malheureusement rare.

L'objectif de cette formation est de se familiariser avec tous les aspects de l'entrepreneuriat (commerciaux, financiers, et gestion d'entreprise) et des prérequis pour une installation optimale (linge de maison, matériel/produits) afin que chaque femme le désirant, puisse sereinement entreprendre dans l'univers de périnatalité et de la parentalité.

Alors lancez-vous !



### Objectifs

- Comprendre les obligations réglementaires, légales et administratives
- Être en mesure de créer son statut ou sa société et connaître les assurances à souscrire
- Identifier consécutivement les enjeux économiques et financiers
- Comprendre l'importance de l'équipement professionnel



### Prérequis

Professionnel(le)s de santé, de la périnatalité ou de la Petite Enfance habilités par un diplôme d'Etat et/ou reconnu par l'Etat



**9/10**



Évalué sur la base de 8 sessions.

*Formation très enrichissante. On nous donne beaucoup de clés afin de se lancer dans son aventure de création d'entreprise.*

**JEANNE P.**

### Durée

2 jours soit 14 heures



# PÉDAGOGIE & INTERACTIVITÉ



# L'ÉCOLE DU BIEN NAÎTRE

## PÉDAGOGIE & INTERACTIVITÉ

Certifié Qualiopi depuis septembre 2021.

L'École du Bien Naître est à la pointe en terme d'outils pédagogiques pour développer les compétences de ses apprenants et répond aux 7 critères qualité du référentiel Qualiopi.

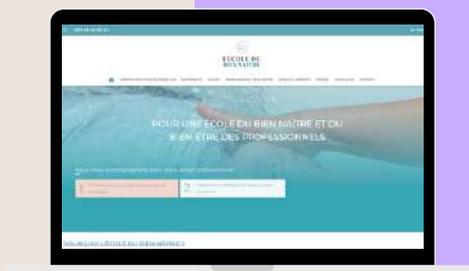
Nos formateurs mettent en œuvre tout au long des sessions des process qualité visant à garantir une montée en compétences de nos stagiaires tout au long du cursus de formations.

### NOS OUTILS PÉDAGOGIQUES

- ✓ EVALUATION DES ACQUIS
- ✓ TESTS DE CONNAISSANCE
- ✓ ETUDE DE CAS
- ✓ QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION

L'ÉCOLE DU BIEN NAÎTRE,

C'est aussi une plateforme interactive qui permet à l'apprenant d'accéder à son parcours de formation.



L'ÉCOLE DU  
BIEN NAÎTRE

**Qualiopi**  
processus certifié



■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

95

Catégorie d'actions : Actions de formation continue

# L'ECOLE DU BIEN NAÎTRE

## FLEXIBILITÉ & ADAPTABILITÉ.

### ✓ CLASSES VIRTUELLES

DES FORMATIONS DIGITALISÉES POUR PLUS DE FLEXIBILITÉ.

- Un contenu adapté pour de la visioconférence
- Un chat instantané
- Des questionnaires digitalisés
- Partage de documents



### ✓ FORMATION INTER

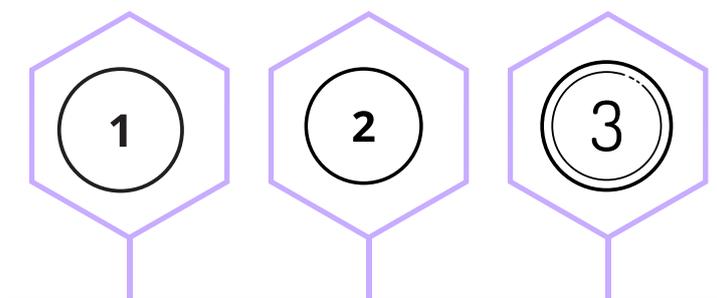
DES FORMATIONS QUI SE DÉROULENT DANS NOS LOCAUX.

- Un planning de formation semestriel
- Des salles et du matériel pédagogique adaptés aux besoins de nos apprenants.
- Un lieu d'échanges et de partages.

### ✓ FORMATION INTRA

DES FORMATIONS QUI SE DÉROULENT AU SEIN DE VOS STRUCTURES.

- Un audit et un plan de formation adapté à vos besoins.
- Un programme unique et sur-mesure.
- Développement des compétences des collaborateurs.



### UN PARCOURS DE FORMATION SUR-MESURE EN 3 TEMPS.



1. Nous définissons ensemble vos besoins et votre parcours.
2. Nous analysons vos prérequis.
3. Nous définissons votre cursus de formation.

Nous adaptons votre cursus en fonction de vos disponibilités et de vos besoins.

# LES FINANCEMENTS

Nos formations sont susceptibles d'être financées dans le cadre de la formation professionnelle. L'Ecole du Bien Naître est certifiée Qualiopi et est enregistrée comme Organisme de Développement Professionnel Continu.

Voici comment faire financer tout ou partie de vos coûts de formations.



## ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE NON LIBÉRALE

Les **OPCO**, Opérateurs de compétences sont des organismes agréés par l'Etat dont le rôle est de vous accompagner dans le financement de votre formation professionnelle.

Il existe **11 OPCO** qui représentent l'ensemble des branches professionnelles en France, regroupées par secteur.

Après une demande de prise en charge de votre formation auprès d'un conseiller pour valider votre projet, votre formation sera prise en charge partiellement ou dans sa globalité.



## ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE LIBÉRALE

Votre projet de formation professionnelle peut relever du **FIFPL**, fond d'assurance formation au service des professionnels libéraux.

Les professionnels relevant de professions libérales non réglementées pouvaient cotiser à l'AGECIF mais depuis La loi n°2022-172 du 14 février 2022 en faveur de l'activité professionnelle indépendante, toutes les professions libérales dépendent du FIFPL.



## DIRIGEANT D'ENTREPRISE : CRÉDIT D'IMPÔT

Vous avez épuisé vos possibilités de financements auprès de votre fond d'assurance formation ou de votre OPCO ? Sachez que vous pouvez bénéficier du **crédit d'impôt** si vous financez vous-même vos formations.

Aussi, lorsque vous prenez la formation à votre charge, les heures que vous consacrez à vous former vous donnent droit à un crédit d'impôt. Ce crédit est limité à 40 heures par an.



## DÉDUCTION FISCALE

Les dépenses engendrées pour votre formation (déplacement, hébergement, repas, documentation ...) sont considérées comme des frais professionnels qui peuvent être en partie **déductibles de vos revenus**, sur votre déclaration d'impôt.

« Les frais de formation peuvent être déduits au titre des frais réels, dès lors que vous êtes salariés ou demandeur d'emploi et qu'ils sont engagés en vue de permettre l'amélioration de votre situation professionnelle ou l'accès à une autre profession ».

# LES FINANCEMENTS

## ÉLIGIBLE À PÔLE EMPLOI

Prenez attache auprès de votre conseiller Pôle Emploi.  
N'hésitez pas à nous contacter pour un accompagnement à la valorisation de votre projet de formation professionnelle.

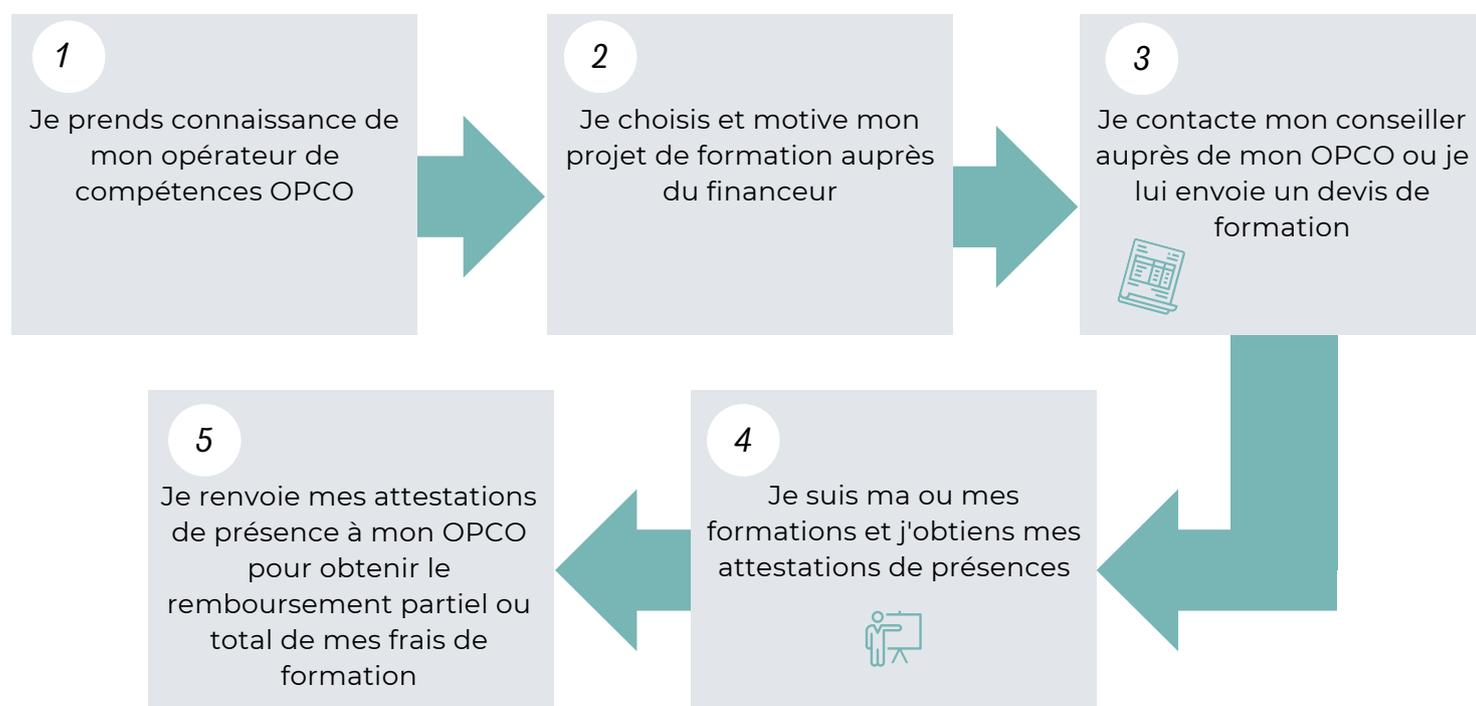


## AUTRE POSSIBILITÉ...

N'oubliez pas de vous rapprocher de votre employeur (service RH ou formation continue) ou dossier ANFH.  
Des enveloppes budgétaires spécifiques à des projets locaux peuvent aussi exister pour financer des formations pour les professionnelles : renseignez-vous auprès de votre conseil régional et de votre conseil départemental ou d'associations locales.

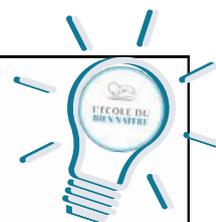


## VOTRE FEUILLE DE ROUTE POUR FAIRE FINANCER VOS FORMATIONS



## ACTUALITÉ DES PRISES EN CHARGE ECOLE DU BIEN NAÎTRE

Retrouvez toutes nos actualités de prises en charge de financement sur notre site internet !



# NOS RÉFÉRENCES



contact@edbn.fr

<https://www.lecoledubiennaitre.com>

Tel: 01 46 40 00 04

