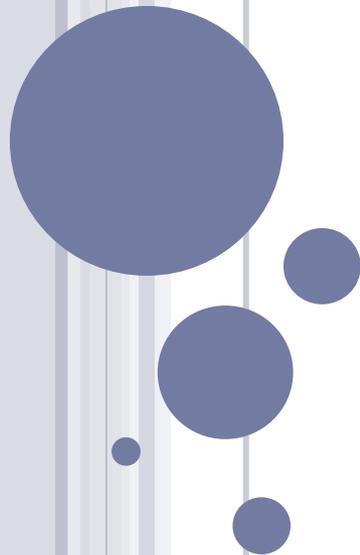


# FORMATION BALLON FORME PÉRINATAL

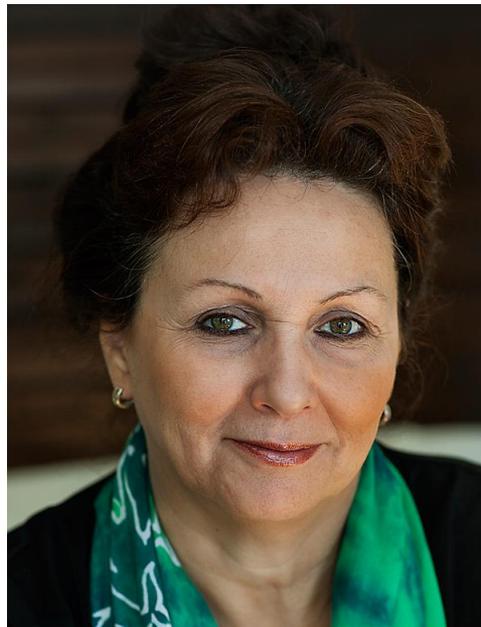
SUISSE 2024

Formation continue

Exercices prénatals et postnatals



# VOTRE FORMATRICE : DANIELLE FOURNIER M.Sc.



[www.ballonforme.com](http://www.ballonforme.com)

[naissance@ballonforme.com](mailto:naissance@ballonforme.com)

1-514-602-4870



# LIEU ET DATES EN SUISSE

**Les 1 et 2 juin 2024  
9h00 à 17h00**

**Les ateliers du Moléson  
Le Chalet  
Rue du Moléson 45  
1630 Bulle**



**Nous pouvons vous informer sur les lieux d'hébergement à proximité.**



# REFRESH ET NIVEAU 2

## PRÉNATAL ET POSTNATAL

L'expérience m'a démontré qu'un certain nombre d'informations se perdent lors d'une formation intensive. Pour répondre aux besoins, je vous propose un refresh du matériel niveau 1 en début de matinée.

Le but visé par la formation niveau 2 est de vous offrir plus d'exercices à proposer aux futures et nouvelles mamans. L'expérience d'enseignement est nécessaire car je souhaite aussi répondre aux problématiques que vous avez rencontrées. En formation continue, l'occasion nous est donnée d'approfondir, de bonifier les apprentissages.

En prénatal, vous aurez le programme complet Ballon Forme prénatal qui a fait l'objet d'une étude scientifique. Titre: Effet de l'entraînement avec le ballon d'exercices pendant la grossesse sur l'accouchement. Donc, si vous enseignez un combiné des 2 niveaux vous devriez normalement obtenir les mêmes résultats que l'étude.

Université de Montréal <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/11544>

Un article scientifique a été publié <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28079671>



# TARIF MODE DE PAIEMENT ET ACCRÉDITATION

Tarif : 440 CHF pour les 2 jours

240 pour la formation prénatal niveau 2 (incluant les vidéos niveau 1 et 2)

200 pour la formation postnatal niveau 2

Acompte : 50 CHF pour réserver votre place

Paieement final : en argent comptant lors de la formation

Accréditation :



Cette formation est labellisée, elle permet d'accumuler des heures de formation continue.



# INFORMATIONS GÉNÉRALES

## Pré-requis:

*Avoir suivi la formation prénatal et/ou postnatal niveau 1 et avoir une expérience d'enseignement du matériel Ballon Forme niveau 1 pour suivre la formation niveau 2.*

## Horaire de la formation: de 9h à 17h00

*1<sup>er</sup> juin Prénatal refresh 9h00 à 10h30 et niveau 2 de 10h45 à 17h00 (dîner et pauses)*

*2 juin Postnatal refresh 9h00 à 10h30 et niveau 2 de 10h45 à 17h00 (dîner et pauses)*

## Que faut-il apporter:

*Vêtements d'exercices (un ballon Gymnic et un tapis vous seront prêtés).*

*Votre aide-mémoire niveau 1 pour le refresh.*

*Votre repas pour le dîner*

## Conditions d'inscription:

*Pour valider votre participation: retourner la fiche d'inscription à : [naissance@ballonforme.com](mailto:naissance@ballonforme.com)*

*Payez l'acompte 50 CHF en contactant Diane Borcard pour obtenir ses coordonnées bancaires : [diane@bebloom.ch](mailto:diane@bebloom.ch)*



# VIDÉOS NIVEAU 1 ET NIVEAU 2

Vous pouvez vous procurer l'ensemble des exercices prénatals en achetant les vidéos niveau 1 et niveau 2 du programme Ballon Forme prénatal.

Vous devez obligatoirement avoir suivi les formations en présentiel pour pouvoir acheter l'une ou l'autre des vidéos. Veuillez prendre note que les vidéos sont incluses dans le prix des formations 2024.

Les vidéos sont un outil pédagogique pour vous aider à transmettre le matériel. Elles ne doivent pas être diffusées sur internet.

Pour acheter les vidéos niveau 1 et niveau 2 contacter Diane Borcard pour obtenir ses coordonnées bancaires : [diane@bebloom.ch](mailto:diane@bebloom.ch)

Prix : 30 CHF chaque vidéo



# FICHE D'INSCRIPTION

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

VILLE : \_\_\_\_\_

TEL DOMICILE : \_\_\_\_\_ PORTABLE : \_\_\_\_\_

MAIL : \_\_\_\_\_

**Je m'inscris à la formation niveau 2**

- prénatal du 1<sup>er</sup> juin 2024 (vidéos incluses)  postnatal du 2 juin 2024

**Je désire seulement acheter la ou les vidéo (s)**

- niveau 1 à 30 CHF (svp indiquez en quelle année vous avez suivi le niveau 1 \_\_\_\_\_ année)  
 niveau 2 à 30 CHF (svp indiquez en quelle année vous avez suivi le niveau 2 \_\_\_\_\_ année)

**Je désire commander le matériel Méthode Ballon Forme couple ©**

Série de 20 affichettes pour 30 CHF Nombre de série(s) : \_\_\_\_\_

1 guide pour 18 CHF Nombre de guide(s) : \_\_\_\_\_

Imprimez cette page, numérisez et envoyez par mail à : [naissance@ballonforme.com](mailto:naissance@ballonforme.com)

**Un reçu vous sera remis lors de la formation**

