



FORMATION RITUEL REBOZO · 30h

Transmission - Soin - Culture - Sacré

Brochure **d'informations**



Brochure d'information pédagogique présentée par
l'École Périnatale Yoga-Natal

Sommaire

À propos	03
Le programme de formation	05
Conditions et modalités d'apprentissage	07
Compétences développées par l'applicante	08
Avantages et Certification	09



À propos

Cette formation de 30 heures offre une immersion complète dans l'art ancestral du Rituel Rebozo.

Fondée sur plus de 8 ans de pratique de Sabrina Anahi Garcia, elle transmet la profondeur symbolique, la dimension sacrée et les techniques traditionnelles de ce soin de passage.

Vous apprendrez à guider un rituel complet — en solo (4h) ou en duo (5h) — en respectant l'intention, le corps, l'énergie, le rythme et l'univers culturel qui entourent cette pratique.

À qui s'adresse cette formation ?

Cette formation est destinée aux :

- Doulas, praticiennes en périnatalité, massothérapeutes
- Professionnelles du bien-être, accompagnantes et travailleurs corporels
- Gardiennes du féminin, thérapeutes holistiques, naturopathes
- Toute personne souhaitant offrir un soin de passage sacré, sécuritaire et ancré

Aucune expérience préalable n'est requise, seulement une présence respectueuse et une intention claire d'accompagner.





Dates de formation 2026

Programme de Formation – Rituel Rebozo (2 jours complets)

Formation professionnelle – Transmission du Rituel Rebozo traditionnel et contemporain

En présentiel – **11 & 12 avril**

En ligne : seulement en direct les 11 et 12 avril également

Programme Immersif en 2 Jours + stages

Jour 1 — Fondations, Culture & Cadre Sacré

Module 1 - Accueil & Introduction

- Origines du Rebozo et transmission mexicaine.
- Histoire du Rituel Rebozo : évolutions, dérives, adaptations respectueuses.
- Positionnement éthique de la praticienne : respect culturel, humilité, limites et responsabilités.

Module 2 - Le Rituel Rebozo : Structure traditionnelle et contemporaine

- Explication et présentation des grandes étapes :
 - a. Accueil de l'intention
 - b. L'Eau : bains, yoni-steam : sécurité, protocoles.
 - c. Le Massage : corps, Rebozos, bercements, effleurages, ancrage
 - d. La Fermeture : serrage complet du corps
 - e. Retour – intégration : Comment accueillir la parole, l'émotion et la symbolique. Herbes, cacao, tisane, oracle, parole, alignement énergétique.
 - f. (Note : la partie Temazcal sera uniquement expliquée, sans pratique ni enseignement.)

Module 3 - Le rôle de la praticienne

- Posture, présence et ancrage.
- Le *Femenino Sagrado* dans les étapes de transformation.
- Cadre sacré : 4 directions, éléments, symbolique.
- Vêtements, préparation personnelle, rituels d'ouverture.

Module 4 - Sécurité, trauma-informed & inclusivité

- Dossier de la personne : informations essentielles, consentement, limites.
- Trigger possibles et gestion émotionnelle.
- Langage respectueux et inclusif.
- Parties du corps : lecture symbolique, intuitive et intime.

Module 5 - Création d'un espace sacré et sécuritaire

- Décor, aménagement, lumières, température, sons.
- Circulation énergétique dans l'espace.
- Préparation du matériel : rebozos, huiles, plantes, herbes, tisanes.

Module 6 - Formes d'accompagnement

Déroulé complet du Rituel (4h et 5h) différences : solo ou en duo

- Adaptation, rythme et transitions.
- Gestion de la présence unique : tenir l'espace, soutenir, envelopper.
- Protocoles de serrage en solo
- Travail en duo : coordination, synchronisation et accueil conjoint.
- Partage des rôles : eau – massage – serrage – retour.
- Fluidité du rituel à deux : co-présence, écoute et communication.

Jour 2 — Techniques, Pratique Guidée & Transmission

Module 7 - Pratique des techniques du Rituel

- Relaxations préalables au rituel
- Massages d'ancrage. Effleurages. Poins précis.
- Bercements (les bercements traditionnels et leurs intentions).
- Massage maya : introduction et application au besoin.
- Pratique segmentée : chaque étape observée, répétée et intégrée.
- Correction de postures, gestes, tensions des rebozos, transitions.



Module 8 - Pratique complète de la fermeture avec les rebozos

- Travail des 7 points précis : équilibre, tension et mouvement, en solo ou en duo.
- Intégration des instruments de musique, chants et de la présence de la communauté féminine pour soutenir le rituel et l'espace énergétique de fermeture.

Stage pratique obligatoire (après la formation)

Pour obtenir la certification, vous devez compléter 14 heures de formation à travers la création et la participation à 3 Rituels :

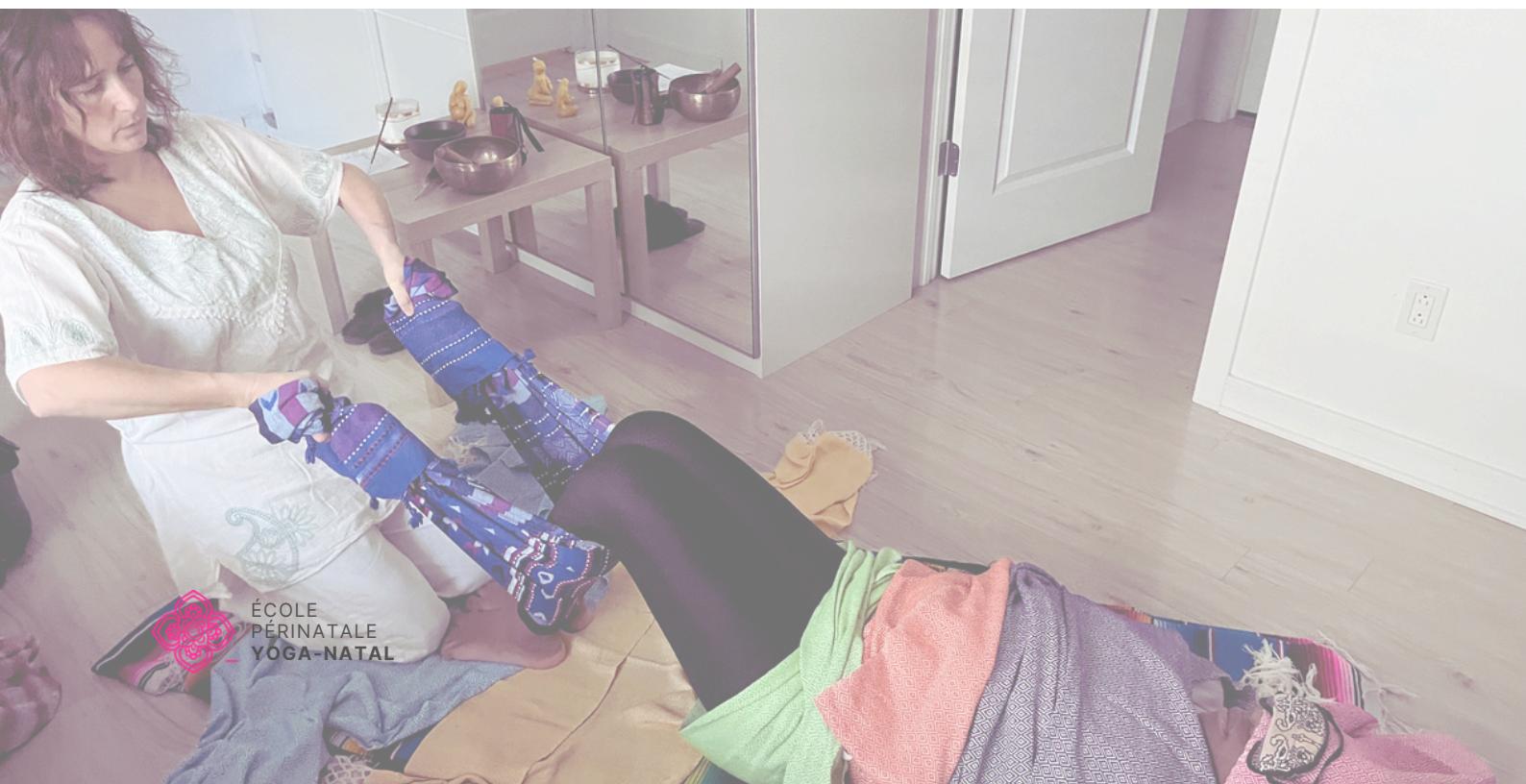
- Un rituel de 5h que vous animerez avec une coéquipière.
- Un rituel de 4h que vous réaliserez seule.
- Un rituel de 5h que vous recevrez afin de comprendre l'intégration depuis l'intérieur.

Durée totale : 30h

- 16h de formation (2 journées)
- 14h de pratiques supervisées et stages

Certification

Un certificat de Praticienne en Rituel Rebozo – 30h est remis après validation des stages.





Compétences développées par l'applicante

- Maîtrise du Rituel Rebozo : compréhension complète du sens, de la structure et des fondations énergétiques du rituel.
- Techniques de serrage : apprentissage précis des 7 points, du rythme, de la tension et du mouvement, en solo et en duo.
- Tenue de l'espace sacré : capacité à créer et maintenir un espace sécurisant, intime et respectueux pour la personne accompagnée.
- Travail corporel et énergétique : intégration des gestes enveloppants, des transitions fluides et du soutien somatique.
- Coordination en duo : synchronisation, communication subtile et partage des rôles dans un rituel à deux doulas.
- Accompagnement émotionnel : accueil des mémoires corporelles, gestion des émotions et guidance sensible pendant le processus de fermeture.
- Intégration du son et des éléments : utilisation consciente de la musique, des chants et des objets rituels pour soutenir l'expérience.
- Adaptation du rituel : capacité à moduler le déroulé selon la situation (prénatal, postpartum, transition de vie, guérison personnelle).
- Éthique et limites professionnelles : respect de la sécurité, du consentement et des bonnes pratiques relationnelles.
- Savoir recevoir : expérience du rituel en tant que participante pour comprendre de l'intérieur les effets, l'intégration et la profondeur du processus.

Avantages



Brochure
qui fait office de manuel
pour la formation
(en français)



Suivi personnalisé
orientation pour le stage
Rencontres avec la
formatrice si
nécessaire.



Possibilité de travailler avec nous

Programme de Afiliation

Rejoindre le réseau Yoga-Natal,
c'est gagner en visibilité et en
crédibilité tout en restant
indépendante, avec un profil mis en
valeur sur notre portail dédié pour
faciliter le contact avec les familles.

Programme de Formation qui adhère auprès de l'AFMAN – Association Française des Métiers de l'Accompagnement à la Naissance

UN RÉPERTOIRE INTERNATIONAL

Votre participation à notre communauté, qui regroupe toutes les participantes de la formation, est un avantage pour tous. Une fois diplômée, nous vous mettrons également en avant de notre côté !

Certification



Formation continue reconnue par l'**ANPQ**, l'Association des Naturopathes du Québec **Avantage pour les étudiants du Québec** : les heures du diplôme sont valides pour devenir Naturopthérapeute à travers l'**ANQ** et ainsi pouvoir remettre des reçus conformes à vos clients.

Programme de Formation qui adhère auprès de l'**AFMAN – Avantage pour les étudiants de France** : Association Française des Métiers de l'Accompagnement à la Naissance.