



CENTRE DE FORMATION LM BIEN-ÊTRE FORMÉE

LIVRET D'ACCUEIL DES FORMATIONS PROFESSIONNELLES 2026-2027



Possibilité
de prise en
charge
100%

RENSEIGNEZ-VOUS
CONTACT: 06.59.05.79.79
EMAIL: LMBIENETRE.FORMEE@GMAIL.COM

LM BIEN ETRE FORMEE

7, RUE DE LA PORCELAINE 64100 BAYONNE TÉL. 06/59/05/79/79 E-MAIL. LM.BIENETRE.FORMEE@GMAIL.COM
SOCIÉTÉ PAR ACTIONS SIMPLIFIÉE (SOCIÉTÉ À ASSOCIÉ UNIQUE) AU CAPITAL DE 1000 €
RCS BAYONNE - SIRET 91333922200014- NAF 8532 Z NDA 75640536664 AUPRÈS DE LA SOUS-PRÉFECTURE
D'AQUITAINE.

CET ENREGISTREMENT NE VAUT PAS L'AGRÉMENT DE L'ÉTAT

Sommaire

- ☐ **Page d'accueil page 1**
- ☐ **Sommaire page 2**
- ☐ **Préambule page 3**
- ☐ **Présentation , qui suis-je? page 4**
- ☐ **Notre engagement page 5**
- ☐ **intitulé des formations page 6**
- ☐ **Tarifs des formations page 7**
- ☐ **Programme de formation pages 8 à 9**
- ☐ **Contenus des formations pages 10 à 41**
- ☐ **Situation géographique:
accès, moyens logistiques page 42**
- ☐ **Equipe pédagogique page 43**
- ☐ **Règlement intérieur pages 44 à 45**

Site pro:

<https://www.formationmassage-lm.com/>



PRÉAMBULE DE PRÉSENTATION

BIENVENUE CHEZ LM BIEN-ÊTRE FORMÉE, UN CENTRE DE FORMATION DÉDIÉ À L'ACQUISITION DE COMPÉTENCES DANS LES DOMAINES DU BIEN-ÊTRE, DE LA SANTÉ ET DE L'ESTHÉTIQUE.

NOS FORMATIONS S'ADRESSENT AUX ENTREPRENEURS, CHEFS D'ENTREPRISES, ASSOCIATIONS, PRATICIENS EN MASSAGE BIEN-ÊTRE ET SOINS CORPORELS, PROFESSIONNELS DU SECTEUR PARAMÉDICAL ET MÉDICAL, AINSI QU'À CEUX EN RECONVERSION PROFESSIONNELLE.

NOUS ACCUEILLONS ÉGALEMENT LES PROFESSIONNELS DE LA BEAUTÉ ET DE L'ESTHÉTIQUE, AINSI QUE LES SOIGNANTS TRAVAILLANT EN EHPAD, DANS LES INSTITUTS POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP, ET AUTRES SECTEURS DE SOINS.

NOS OBJECTIFS : VOUS PERMETTRE DE DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES TELLES QUE LE TOUCHER SENSIBLE ET ÉMOTIONNEL, UNE PRÉSENCE ATTENTIVE ET RESPECTUEUSE, AINSI QUE LA MAÎTRISE DE TECHNIQUES DE BIEN-ÊTRE, RELAXATION, GESTION DU STRESS ET DES ÉMOTIONS.

DONNER LE GOÛT, L'ENVIE ET LE PLAISIR DU TOUCHER/MASSER, CONDITION ESSENTIELLE POUR UNE PRATIQUE MOTIVÉE ET AISÉE

PEITIT MOT DE LA DIRECTRICE

BONJOUR,
VOUS ÊTES SUR LE POINT DE DÉBUTER UNE NOUVELLE ÉTAPE AVEC LM BIEN-ÊTRE FORMÉE. QUE VOUS SOYEZ EN QUÊTE D'UN PERFECTIONNEMENT, D'UNE REMISE À NIVEAU OU D'UNE MONTÉE EN COMPÉTENCES, NOUS VOUS ACCOMPAGNONS POUR ATTEINDRE VOS OBJECTIFS.

NOS FORMATIONS REQUIÈRENT UN RÉEL ENGAGEMENT, ET NOUS NOUS ENGAGEONS À VOUS SOUTENIR TOUT AU LONG DE CE PARCOURS, AFIN QUE VOUS PUISSIEZ VOUS ÉPANOUIR PERSONNELLEMENT ET PROFESSIONNELLEMENT.

BIENVENUE ET BON SUCCÈS DANS VOTRE FORMATION AVEC LM BIEN-ÊTRE FORMÉE !

PASSEZ À L'ACTION ET FORMEZ-VOUS DÈS AUJOURD'HUI.

DIRECTRICE : LYNDIA MAINARD

SIGNATURE





Qui suis-je ?

Lynda Mainard



NATIVE DU PAYS BASQUE ET ANCIENNE AIDE-SOIGNANTE SPÉCIALISÉE EN TRAITEMENT POST-CANCER

DEPUIS MON PLUS JEUNE ÂGE, J'AI GRANDI DANS UNE FAMILLE OÙ LE SOIN DES AUTRES ÉTAIT UNE VALEUR CENTRALE, COMME LE PRATIQUAIENT MES PARENTS. CET HÉRITAGE M'A NATURELLEMENT CONDUIT À M'ENGAGER DANS UN CHEMIN OÙ L'ACCOMPAGNEMENT ET LE BIEN-ÊTRE DES PERSONNES OCCUPENT UNE PLACE PRIMORDIALE.

TOUT AU LONG DE CES ANNÉES, J'AI EU L'OPPORTUNITÉ D'ACCOMPAGNER DES PERSONNES DE TOUS ÂGES, TOUJOURS AVEC UN PROFOND RESPECT ET UNE BIENVEILLANCE SANS FAILLE.

MES COMPÉTENCES ME PERMETTENT D'ACCOMPAGNER LES PATIENTS DANS LEUR CHEMIN DE RÉTABLISSEMENT, EN LEUR APPORTANT DES SOINS ADAPTÉS, TOUT EN TENANT COMPTE DE LEUR PARCOURS ET DE LEURS BESOINS SPÉCIFIQUES.

CETTE EXPÉRIENCE M'A PERMIS DE COMPRENDRE L'IMPORTANCE D'UN ACCOMPAGNEMENT HUMAIN ET ATTENTIF,

AUJOURD'HUI, JE CONTINUE À SUIVRE CETTE MISSION AVEC LA MÊME DÉTERMINATION, EN CHERCHANT À AMÉLIORER CONSTAMMENT MES PRATIQUES POUR OFFRIR DES SOINS QUI FAVORISENT LE BIEN-ÊTRE PHYSIQUE ET ÉMOTIONNEL DE CHACUN.

ANIMÉE PAR CETTE VOCATION, J'AI SOUHAITÉ ALLER PLUS LOIN EN ME FORMANT AU DOMAINE DU BIEN-ÊTRE. JE SUIS AUJOURD'HUI ESTHÉTICIENNE DIPLÔMÉE D'ÉTAT, CERTIFIÉE EN MASSAGE BIEN-ÊTRE ET SANTÉ, ET LABELLISÉE EN SOINS ET MASSAGES POST-CANCER AUPRÈS DU RÉSEAU ONCOBULLE À BAYONNE. MON PARCOURS M'A AUSSI AMENÉE À DEVENIR FORMATRICE EN MASSAGES BIEN-ÊTRE, PARTAGEANT AINSI MON SAVOIR-FAIRE AVEC CEUX QUI SOUHAITENT SE FORMER À CETTE PRATIQUE.

ET VOUS, DEPUIS COMBIEN DE TEMPS N'AVEZ-VOUS PAS PRIS SOIN DE VOTRE CORPS ? QUE CE SOIT POUR VOUS FORMER (AVEC UNE POSSIBILITÉ DE PRISE EN CHARGE) OU POUR RECEVOIR UN MASSAGE BIEN-ÊTRE, N'HÉSITEZ PAS À ME CONTACTER POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS ET POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS.

CONTACT ☎ 0659057979

AU PLAISIR DE VOUS ACCUEILLIR ET DE PRENDRE SOIN DE VOUS !



strongly
the mom
etc.



Nos engagements

Notre engagement de qualité

L'OBJECTIF PRINCIPAL DE NOTRE CENTRE DE FORMATION EST D'ASSURER LA SATISFACTION DE NOS APPRENANTS. NOUS NOUS ENGAGEONS À PROPOSER DES PROGRAMMES DE FORMATION DE QUALITÉ SUPÉRIEURE, SPÉCIALEMENT CONÇUS POUR RÉPONDRE AUX BESOINS DU MARCHÉ. GRÂCE À NOTRE ÉQUIPE D'EXPERTS QUALIFIÉS ET À NOS MÉTHODES PÉDAGOGIQUES INNOVANTES, NOUS OFFRONS UNE EXPÉRIENCE D'APPRENTISSAGE À LA FOIS ENRICHISSANTE ET EFFICACE. NOTRE MISSION EST DE FORMER DES PROFESSIONNELS COMPÉTENTS ET CONFIANTS, PRÊTS À RÉPONDRE AUX ATTENTES DU MARCHÉ ET À SATISFAIRE PLEINEMENT LEURS FUTURS CLIENTS. CONFIDENTIALITÉ TOUT CE QUI EST DIT DE PERSONNEL RESTE CONFIDENTIEL DANS LE STAGE.

Évaluation de la qualité de la formation

:

AU COURS DE LA SESSION, LES CONNAISSANCES SONT ÉVALUÉES DE MANIÈRE FORMATIVE QCM, QUESTIONS/RÉPONSES, MISES EN SITUATION, AFIN DE VALIDER LE NIVEAU DE COMPÉTENCES ACQUIS À LA FIN DE LA FORMATION.

LES STAGIAIRES SONT ÉGALEMENT INVITÉS À COMPLÉTER UN QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION PORTANT SUR L'ENSEMBLE DU PROGRAMME.

UNE ATTESTATION DE FIN DE FORMATION EST SYSTÉMATIQUEMENT REMISE À CHAQUE PARTICIPANT.

Respect des règles de vie

DROITS ET DEVOIRS DU STAGIAIRE

LE STAGIAIRE DOIT RESPECTER LE RÈGLEMENT INTÉRIEUR ET PARTICIPER ACTIVEMENT À LA FORMATION EN OBSERVANT LES RÈGLES SUIVANTES :

ÉCOUTE ET BIENVEILLANCE : CHACUN DOIT POUVOIR S'EXPRIMER DANS UN CADRE RESPECTUEUX.

PONCTUALITÉ : RESPECTER LES HORAIRES FIXÉS.

TÉLÉPHONES ÉTEINTS : EN MODE AVION PENDANT LES SESSIONS (SAUF URGENCES).
TOUTE SONNERIE NON SOUHAITÉE IMPLIQUE UNE PETITE PÉNALITÉ AMUSANTE : APPORTER DES VIENNOISERIES POUR LE GROUPE LE LENDEMAIN.

SOBRIÉTÉ : PAS D'ALCOOL POUR PRÉSERVER TOUTES SES CAPACITÉS.
LA DISCRÉTION PROFESSIONNELLE EST EXIGÉE, TANT À L'INTÉRIEUR QU'À L'EXTÉRIEUR,
DES RÈGLES D'HYGIÈNE (TENUE PROPRE,
PAS DE NOURRITURE EN DEHORS DES PAUSES

RÈGLES DE SÉCURITÉ

CHAQUE STAGIAIRE DOIT VEILLER À SA SÉCURITÉ ET À CELLE DES AUTRES EN SUIVANT LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ ET D'HYGIÈNE. TOUT ACCIDENT DOIT ÊTRE IMMÉDIATEMENT SIGNALÉ. LES STAGIAIRES NE DOIVENT PAS INTRODUIRE DE SUBSTANCES INFLAMMABLES OU TOXIQUES. LES CONSIGNES D'INCENDIE ET D'ÉVACUATION, AFFICHÉES DANS LES LOCAUX, DOIVENT ÊTRE SUIVIES SANS DÉLAI EN CAS DE BESOIN.



VOS FORMATIONS



Odyssée des massages à travers les cultures

CHINE: RÉFLEXOLOGIE: PLANTAIRE, PALMAIRE, CRANIO-FACIALE
MASSAGE ABDOMINAL/LIBÉRATIONS ÉMOTIONNELLES (MÉTHODE CHI NEI TSANG)

COLOMBIE: MADEROTHERAPIE, DRAINAGE BRÉSILIEN

EGYPTE: REBOOST MUSCULAIRE "DEEP TISSUE/MÉTHODE" KNAP

EUROPE: DRAINAGE LYMPHATIQUE,
ACCOMPAGNEMENT SENSORIEL/RELATIONNEL AUPRÈS PERSONNES FRAGILISÉES
FORMATION À VENIR REBOUTEMENT ET MASSAGE MODERNE

ETATS UNIS: CALIFORNIEN

HAWAÏ: **FORMATIONS À VENIR** LOMI LOMI

INDE: (AYURVÉDIQUE AU BOL KANSU, SHIROTCHAMPI,
PRENATAL, BEBE

JAPON: AMMA ASSIS, SPÉCIALISTE ANTI-ÂGE GLOW FACE
FORMATION À VENIR HEAD SPA

MEXIQUE: POSTNATAL ET SOIN REBOZO

THAILANDE: BODY NATURO FLUX DETOX CORPS POCHONS PHYTO-AROMATIQUES

LES FORMATIONS SONT FONDÉES SUR LA RECHERCHE DE L'ÉQUILIBRE ET DE LA SANTÉ DE L'ÊTRE HUMAIN, EN S'APPUYANT SUR UN ENSEMBLE D'OUTILS SIMPLES ET ACCESSIBLES À TOUS.

L'OBJECTIF EST QUE NOS STAGIAIRES MAÎTRISENT RAPIDEMENT CES TECHNIQUES ET PUISSENT LES METTRE EN PRATIQUE DÈS QUE POSSIBLE.

AMÉLIORER LE BIEN-ÊTRE DES INDIVIDUS ET À FAVORISER UN ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL SEREIN/ ÉQUILIBRÉ.



TARIFS

[L'Univers des Massages et Réflexologies](#)

1 jour soit 7h00

Perfectionnement des massages

Autofinancement **180 €**

Prise en charge (chefs d'entreprise / France Travail) **245 €**

2 jours soit 14h00

Autofinancement **490€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **588€**

Forfait entreprise: 1600€

3 jours soit 21h00

Autofinancement **590€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **714€**

Forfait entreprise: 2400€

4 jours soit 28h00

Autofinancement **700€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **924€**

5 jours soit 35h00

Autofinancement **840€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **1155€**

6 jours soit 42h00

Autofinancement **1050€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **1428€**

7 jours soit 49h00

Autofinancement **1176€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **1715€**

[Architecte de l'Ongle / Prothésiste ongulaire](#)

1 jour soit 7h00

Perfectionnement Nail art, fleurs de technique, capsule américaine, baby bloomer, popits

Autofinancement **315 €**

Prise en charge (chefs d'entreprise / France Travail) **420 €**

3 jours soit 21h00

Autofinancement **588€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **840€**

[Soin signature/Soin spécifique HEAD SPA](#)

3 jours soit 21H00

Autofinancement **588€**

Prise en charge: chefs d'entreprises, France travail **714€**



Programme de formation

PUBLIC VISÉ PAR LA FORMATION

: CETTE FORMATION VISE LES ENTREPRENEURS, LES SALARIÉS ET NON-SALARIÉS AINSI QUE TOUT PUBLIC, Y COMPRIS CEUX EN RECHERCHE D'EMPLOI OU EN RECONVERSION PROFESSIONNELLE, SOUHAITANT MONTER EN COMPÉTENCE, OU REMISE À NIVEAU PROFESSIONNELLE, LES PRATICIENS EN MASSAGE BIEN-ÊTRE ET SOINS CORPORELS, LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ PARAMÉDICAL ET MÉDICAL

PRÉREQUIS NÉCESSAIRES:

OCCUPER UN POSTE DANS UN SALON DE SOINS ESTHÉTIQUES OU DANS UNE STRUCTURE MÉDICALE OU PARAMÉDICAL OU AVOIR UN PROJET D'INSTALLATION EN PRATIQUE DE MESSAGES BIEN-ÊTRE

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES.

INTER :LORS DE NOS PREMIERS CONTACTS, NOUS VOUS PROPOSERONS UN ENTRETIEN AFIN DE PRENDRE EN COMPTE LES SPÉCIFICITÉS DE VOTRE HANDICAP ET DE DÉTERMINER LES ÉVENTUELS AMÉNAGEMENTS OU DISPOSITIONS À METTRE EN PLACE. LE RÉFÉRENT HANDICAP EST LYNDA MAINARD DISPONIBLE DE 9H À 18H00 DU LUNDI AU VENDREDI OU

INTRA :POUR TOUTE INSCRIPTION DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP, IL CONVIENT DE NOUS PRÉVENIR DE MANIÈRE À ÉTUDIER L'AMÉNAGEMENT DE LA FORMATION.

LE RÉFÉRENT HANDICAP EST LYNDA MAINARD DISPONIBLE DE 9H À 18H00 DU LUNDI AU VENDREDI

NOMBRE DE STAGIAIRES ACCEPTÉS :

MINIMUM 2 À 8 PERSONNES MAXIMUM

LES + DE LA FORMATION : PETITS GROUPES, NOMBRE DE PARTICIPANTS LIMITÉ.

DÉLAI D'INSCRIPTION :

INSCRIPTION À TOUT MOMENT, TANT QU'IL RESTE DE LA PLACE À UNE SESSION.

DATES DE LA FORMATION : SELON LE CALENDRIER OU SUR DEMANDE

HORAIRES DE LA FORMATION

: 09H00-12H00 / 13H00-17H00 (2X10 MN PAUSE ET 1H PAUSE REPAS).

LIEU DE LA FORMATION :

7 RUE DE PORCELAIN 64100 BAYONNE

OBJECTIF D'UN STAGE :

L'ENSEIGNEMENT DU MASSAGE VOUS APPRENDRA À MAÎTRISER LE PROTOCOLE COMPLET. INTÉGRER LES POSTURES DE TRAVAIL PROPICES À UN MASSAGE DE QUALITÉ. S'ADAPTER, ÊTRE À L'ÉCOUTE (VERBALE ET NON VERBALE). GÉRER SON TEMPS LES OBJECTIFS OPÉRATIONNELS SONT LES SUIVANTS :

ÊTRE CAPABLE DE MENER UN ENTRETIEN AVANT LE MASSAGE OU LA RÉFLEXOLOGIE.

✓ SAVOIR EXPLIQUER LES PARTICULARITÉS DU MASSAGE OU DE LA RÉFLEXOLOGIE

✓ POUVOIR ÉNUMÉRER LES BIENFAITS DU MASSAGE OU DE LA RÉFLEXOLOGIE

✓ CONNAÎTRE LES CONTRE-INDICATIONS

✓ CONNAÎTRE ET APPLIQUER LES RÈGLES D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ

✓ PRÉPARER SON ENVIRONNEMENT

✓ INTÉGRER LES GESTES ET POSTURES NÉCESSAIRES

✓ CONNAÎTRE ET APPLIQUER LES TECHNIQUES SPÉCIFIQUES À CHAQUE PROTOCOLE



CONDITIONS D'INSCRIPTIONS:

UN ENTRETIEN TÉLÉPHONIQUE PRÉALABLE À L'INSCRIPTION DÉFINITIVE EST CONDUIT PAR LA RESPONSABLE DE LA FORMATION, IL VISE À RECUEILLIR LES INFORMATIONS SUR LE CANDIDAT À LA FORMATION, EXPÉRIENCES EN MASSAGE, SOUHAITS, MOTIVATIONS...AU COURS DE CET ENTRETIEN, LA RESPONSABLE DE LA FORMATION PRÉSENTE LES OBJECTIFS, LE CONTENU, LES MODALITÉS ET LES CONDITIONS PRATIQUES DE LA FORMATION.

CET ENTRETIEN PERMET DE VALIDER LE PROJET DE FORMATION ET DE FAVORISER L'ENGAGEMENT DU CANDIDAT OU DE L'ORIENTER VERS UNE AUTRE FORMATION.

CETTE DÉMARCHE DOIT AUSSI PERMETTRE D'ÉVITER LES RUPTURES ET LES ABANDONS EN COURS DE FORMATION.

LE DÉROULEMENT DU STAGE :

CHAQUE JOURNÉE COMMENCE PAR UN ÉCHAUFFEMENT PUIS UNE RÉVISION DE LA JOURNÉE PRÉCÉDENTE AFIN DE VALIDER LES ACQUIS DE CHAQUE PARTICIPANT ET DE PROPOSER UNE CORRECTION ADAPTÉE.

- CLÔTURE DE LA FORMATION :RAPPEL DES OBJECTIFS : RÉCAPITULATION DES TECHNIQUES APPRISSES ET DES OBJECTIFS ATTEINTS.
- ÉCHANGES DYNAMIQUES ENTRE L'INTERVENANT ET LES STAGIAIRES POUR DISCUTER DES EXPÉRIENCES DE FORMATION.
 - ÉVALUATION DU FORMATEUR ET DE L'ORGANISME DE FORMATION : FEEDBACK DES STAGIAIRES SUR LA QUALITÉ DE LA FORMATION.

EVALUATIONS DES COMPÉTENCES

ACQUISES PAR LE FORMATEUR, EN FIN DE FORMATION, ÉVALUATION PORTANT SUR LA PRATIQUE, OBSERVATION D'UNE SÉANCE DE MESSAGES, LES RÉSULTATS SONT NOTÉS SUR UNE GRILLE D'ÉVALUATION, PAR UN JURY, LORS D'UN EXAMEN, ÉVALUATION PORTANT SUR LES CONDITIONS D'ACCUEIL ET DE PRISE EN CHARGE D'UN CLIENT TOUT AU LONG D'UNE SÉANCE DE MESSAGES, EXAMEN ORAL PORTANT SUR LA THÉORIE ET SUR LA PRATIQUE (LE JURY DISPOSE DE LA GRILLE D'ÉVALUATION DE LA PRATIQUE) A NOTER : ENTRE LA FIN DE FORMATION ET LE PASSAGE DEVANT LE JURY, LE STAGIAIRE AURA RÉALISÉ AU MOINS 10 SÉANCES DE MESSAGES, IL EN APPORTERA LA PREUVE LE JOUR DE L'EXAMEN

DÉLIVRANCE, EN CAS DE RÉUSSITE AUX ÉVALUATIONS, D'UN CERTIFICAT « PRATIQUE DE MESSAGES BIEN-ÊTRE

RÉSULTATS ATTENDUS

EVALUATIONS DES ACQUIS:

PAR LE FORMATEUR, EN FIN DE FORMATION, ÉVALUATION PORTANT SUR LA PRATIQUE, OBSERVATION D'UNE SÉANCE DE MESSAGES, LES RÉSULTATS SONT NOTÉS SUR UNE GRILLE D'ÉVALUATION, PAR UN JURY, LORS D'UN EXAMEN, ÉVALUATION PORTANT SUR LES CONDITIONS D'ACCUEIL ET DE PRISE EN CHARGE D'UN CLIENT TOUT AU LONG D'UNE SÉANCE DE MESSAGES, EXAMEN ORAL PORTANT SUR LA THÉORIE ET SUR LA PRATIQUE (LE JURY DISPOSE DE LA GRILLE D'ÉVALUATION DE LA PRATIQUE) A NOTER : ENTRE LA FIN DE FORMATION ET LE PASSAGE DEVANT LE JURY, LE STAGIAIRE AURA RÉALISÉ AU MOINS 10 SÉANCES DE MESSAGES, IL EN APPORTERA LA PREUVE LE JOUR DE L'EXAMEN. DÉLIVRANCE, EN CAS DE RÉUSSITE AUX ÉVALUATIONS, D'UN CERTIFICAT « PRATIQUER DES MESSAGES BIEN-ÊTRE ».

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

FORMATION EXCLUSIVEMENT EN PRÉSENTIEL

LES JOURNÉES S'ARTICULENT ENTRE TEMPS THÉORIQUES ET TEMPS PRATIQUES

ÉVALUATION PRÉ ET POST FORMATION

PROJECTION ET SUPPORT REMIS À CHAQUE APPRENANT PAR E-MAIL DÈS LE PREMIER JOUR DE LA FORMATION

DÉMONSTRATIONS PRATIQUES DES TECHNIQUES, MISE EN APPLICATION EN BINÔME – AMÉLIORATION ET ACQUISITION DE LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

INDICATEUR DE RESULTAT

SUR L'ENSEMBLE DES ANNÉES DEPUIS 2021, À LA QUESTION « DE MANIÈRE GÉNÉRALE, ÊTES-VOUS TRES SATISFAIT SUR LES FORMATIONS? », LES STAGIAIRES INTERROGÉS ONT RÉPONDU EN MOYENNE :À 99,4% TRÈS SATISFAISANT SUR L'ENSEMBLE DES FORMATIONS





MASSAGE CALIFORNIEN SUR 3 JOURS: 21H00

La formation en massage californien est un programme d'apprentissage destiné à enseigner les techniques, les principes et la philosophie de ce massage relaxant.

Mouvements lents, fluides et enveloppants, ce massage met l'accent sur la connexion corps-esprit et favorise le lâcher-prise émotionnel.

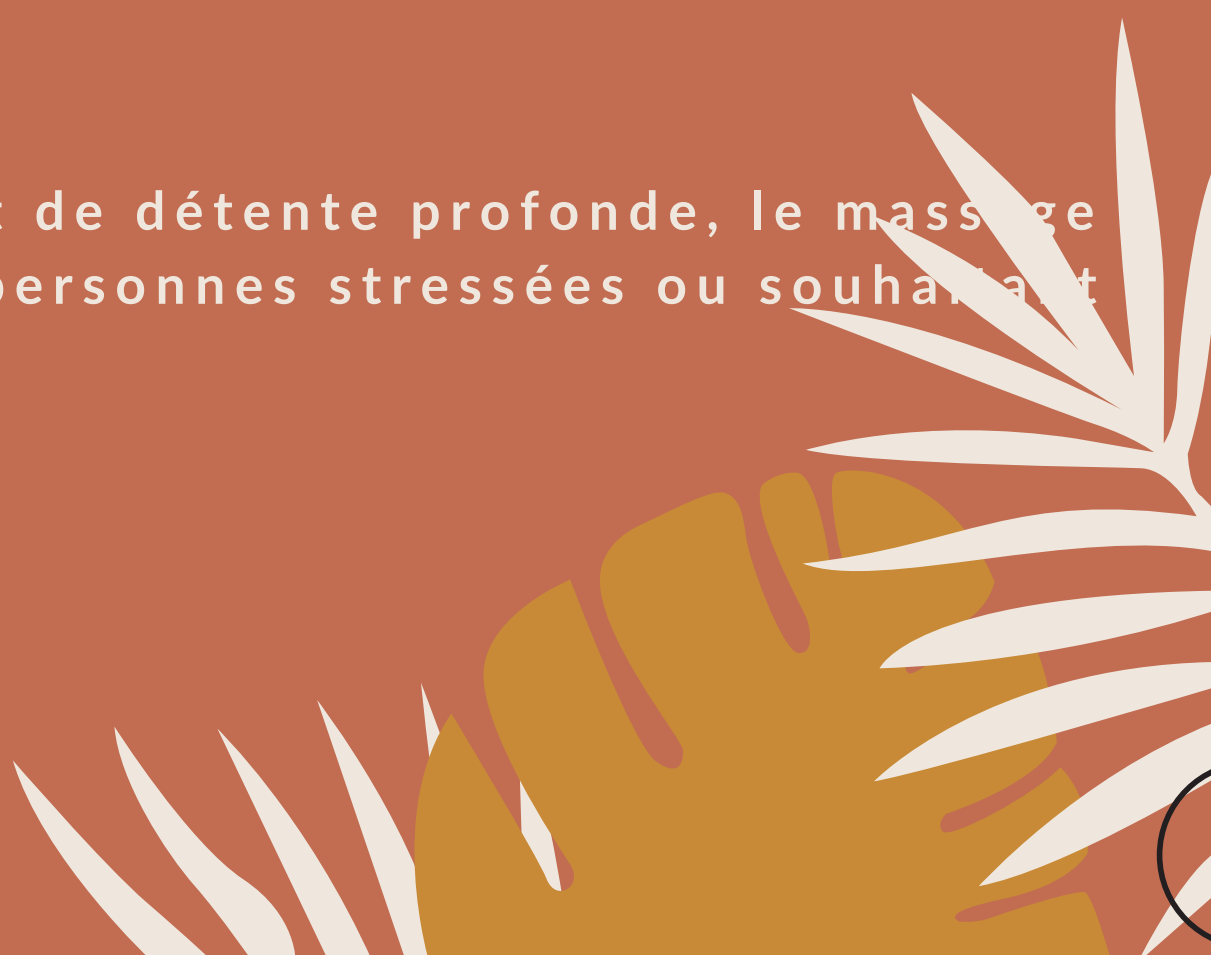


Elle vise à former des praticiens capables de réaliser des massages californiens dans un cadre professionnel ou personnel, tout en respectant les besoins du client en matière de relaxation et de bien-être.

Caractéristiques principales :

- **Mouvements doux et harmonieux :** Les gestes sont amples et fluides, permettant une relaxation musculaire et une sensation de bien-être.
- **Utilisation d'huiles :** Des huiles sont souvent utilisées pour faciliter le glissement des mains sur la peau et pour nourrir celle-ci.
- **Relâchement des tensions émotionnelles :** Le massage californien est également connu pour aider à libérer des tensions émotionnelles, en créant une sensation de sécurité et de réconfort.
- **Focus sur le ressenti :** Il vise à reconnecter la personne à son corps, en favorisant une meilleure prise de conscience corporelle.

Idéal pour ceux qui recherchent un moment de détente profonde, le massage californien convient particulièrement aux personnes stressées ou souhaitant relâcher des tensions accumulées.





CONTENU DE LA FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

Jour 1 : Accueil et enseignement théorique

- Accueil des stagiaires : Petit-déjeuner d'accueil avec café/thé.
- Présentation : Introduction du formateur et présentation individuelle des apprenants.
- Enseignement théorique :
 - Test de positionnement : Identification des objectifs à atteindre, explication des règles et du déroulé de la formation.
 - Remise de la documentation sur le massage californien.
 - Origine et histoire du massage californien.
 - Techniques principales du massage (effleurages, lissages, pétrissages, etc.).
 - Bienfaits du massage : Relaxation, bien-être global.
 - Produits et matériel à utiliser, et tenue idéale du masseur.
 - Pression idéale à appliquer durant le massage.
 - Communication et accueil du client.
 - Environnements adaptés pour la pratique du massage.
 - Massage et cancer : Apprentissage des soins adaptés aux personnes en rémission.
 - Contre-indications au massage.
 - Gestion des critiques : Réflexion sur l'amélioration continue.
 - Anatomie : Bases nécessaires pour comprendre les impacts des techniques de massage.

Jour 1 : Démonstration pratique

- Démonstration par le formateur sur un modèle : Techniques de prise de contact, effleurages, lissages, pressions glissées, pétrissages, étirements, hachures et tapotements.
- Objectif des techniques : Détente et bien-être global.
- Démonstration sur la face postérieure du corps.
- Pratique en binôme par les stagiaires pour assimiler les techniques.
- Débriefing de la première journée.

Jour 2 : Révision et approfondissement

- Questionnaire sur la théorie vue le premier jour.
- Révision complète du protocole pour bien intégrer les gestes techniques et éviter les mauvaises interprétations.
- Ajustement des gestes et postures par le formateur.
- Démonstration sur la face antérieure par le formateur.
- Pratique sur un modèle par les stagiaires, avec acquisition des techniques et intégration des principes de sécurité et d'ergonomie.
- Questions-réponses en fin de journée.

Jour 3 : Pratique intensive

- Révision complète du protocole avec ajustement des techniques et des postures.
- Pratique en binôme des techniques du massage californien sur le dos, les jambes, les bras, le visage et le ventre.
- Changement de binômes pour une meilleure assimilation.
- Débriefing et retour sur la pratique.

Validation et évaluation

- Acquisition du protocole complet avec adaptation des postures en fonction de la morphologie et du ressenti du client.
- Mises en situation professionnelle pour valider les savoirs acquis.
- Évaluation finale : Chaque participant donne un massage complet sous la supervision du formateur.

À l'issue de la formation, les stagiaires auront acquis les compétences nécessaires pour pratiquer le massage californien en respectant les techniques, les postures et les besoins des clients.



MASSAGE BÉBÉ ET INITIATION RÉFLEXOLOGIE ZONALE SUR 2 JOURS: 14H00

Cette formation en massage bébé a pour objectif de vous enseigner une technique douce et bienveillante, destinée à renforcer le lien entre le parent et l'enfant à travers un toucher sain et nourrissant.



Le massage pour bébé permet de créer une connexion profonde entre le parent et l'enfant, favorisant un sentiment de sécurité et d'amour.

Finalité:

- Promouvoir la relation parent-enfant : Le massage bébé aide à établir une relation de confiance et de complicité, renforçant ainsi l'attachement parental. À travers le toucher, le parent apprend à mieux comprendre les besoins et les signaux de son bébé.
- Toucher bienveillant : Le massage est un moyen de transmettre un sentiment de réconfort et de bien-être à l'enfant. Ce toucher chaleureux et attentionné aide le bébé à se sentir en sécurité dans son environnement.

Comme le souligne la célèbre phrase : « Être touché, massé et caressé est une nourriture aussi nécessaire pour le nouveau-né que les vitamines, les protéines et les oligo-éléments. » Le massage devient ainsi une source essentielle de bien-être et de développement pour l'enfant, dès ses premiers jours.

Bienfaits du massage bébé :

- Apaisement et relaxation : Le massage favorise la détente du bébé, aidant à calmer ses pleurs et à réguler son sommeil.
- Soulagement des inconforts : Ce type de massage est aussi utilisé pour soulager certains petits maux comme les coliques, les troubles digestifs ou les tensions musculaires.
- Développement sensoriel : En stimulant les différents sens du bébé, le massage contribue à un meilleur développement sensoriel et à une meilleure conscience corporelle.

Cette formation complète vous permet de maîtriser le massage bébé et la réflexologie zonale, vous préparant à offrir un soin bienveillant et adapté aux besoins des bébés.



CONTENU DE LA FORMATION MASSAGE BÉBÉ

Accueil des stagiaires :

- Petit-déjeuner d'accueil avec café et thé pour commencer la journée dans une ambiance conviviale.
- Présentation du formateur : Introduction des compétences et de l'expérience du formateur.
- Présentation individuelle des apprenants : Brève introduction de chaque participant pour favoriser les échanges et créer un groupe homogène.

Premier jour : Enseignement Théorique et Pratique

- Test de positionnement : Évaluation initiale pour adapter la formation aux besoins et niveaux des stagiaires.
- Découverte du massage bébé : Introduction aux principes et objectifs du massage bébé.
- Les huiles pour bébé : Présentation des huiles adaptées à la peau délicate des bébés et de leur utilisation.
- Massage et lien d'attachement : Exploration de la manière dont le massage renforce le lien entre le parent et l'enfant.
- Les bienfaits du massage : Exposé sur les effets positifs du massage sur le développement physique et émotionnel du bébé.
- Les états de conscience du bébé : Compréhension des différents états de conscience et de leur influence sur le massage.
- Contre-indications : Identification des situations où le massage n'est pas recommandé.
- Qualités de présence et compétences : Développement des qualités essentielles telles que la présence, l'écoute, l'observation et la sensibilité.
- Matériel employé : Présentation du matériel nécessaire pour un massage bébé sécurisé et efficace.
- Positions pour masser : Enseignement des positions adéquates pour masser tout en préservant la posture du praticien.

Enseignement pratique :

- Démonstration par le formateur : Instruction détaillée sur les techniques du massage bébé, incluant la prise de contact, les effleurages, les lissages, les pressions glissées, les pétrissages, les frictions, les étirements et les digit pressions, sur un poupon.
- Objectif des techniques : Développer la présence, l'écoute, l'observation et la sensibilité pour améliorer le lien d'attachement et apaiser le bébé sur les plans émotionnel et physique.
- Pratique des stagiaires : Assimilation des techniques par chaque stagiaire sur un poupon.
- Jeux de rôle : Atelier parent-bébé pour simuler des situations réelles et apprendre à accueillir sa clientèle.
- Débriefing : Discussion en fin de journée pour échanger sur les apprentissages et les expériences.

Deuxième jour : Révision et Évaluation

- Questionnaire théorique : Évaluation des connaissances acquises lors du premier jour.
- Révision du protocole : Revue complète des techniques pour éviter les erreurs et assurer une maîtrise parfaite des gestes.
- Ajustement des gestes et postures : Pratique des techniques avec des ajustements pour garantir l'ergonomie et la précision des gestes.
- Adaptation du massage : Révision des techniques sur un poupon, avec intégration des concepts d'ergonomie et de confort.
- Mises en situation professionnelle : Application des savoirs acquis à travers des scénarios simulés.
- Évaluation des acquis : Chaque participant réalise un massage complet sur un poupon sous la supervision du formateur.



ACCOMPAGNEMENT SENSORIEL ET RELATIONNEL AUPRÈS DES PERSONNES FRAGILISÉES : SUR 7 JOURS:49H00

Cette formation a pour objectif de préparer les participants à l'acquisition de compétences pratiques en massage bien-être et en réflexologie d'accompagnement, spécifiquement adaptées aux personnes âgées, aux personnes à mobilité réduite et aux personnes en fin de vie. Le toucher massage confort, que j'appelle « toucher de ma bienveillance », est une approche douce et respectueuse qui s'adresse aux personnes fragilisées, en leur offrant un moment d'apaisement et de connexion humaine dans un environnement souvent très médicalisé.

🌸 Importance du massage confort et de la réflexologie

- Masser les mains, les épaules, les pieds ou stimuler certains points réflexes constitue un geste tendre et apaisant, qui redonne une place au contact humain.
- Avec l'âge, le corps réclame plus d'attention : le massage et la réflexologie offrent à la fois un soulagement physique et un soutien émotionnel.
- Dans les EHPAD et maisons spécialisées, ces pratiques contribuent à instaurer une atmosphère de sérénité et de bien-être global, pour les résidents comme pour leurs familles.

🌿 Principes et objectifs

1. Accompagnement respectueux
2. Offrir un soutien émotionnel et physique par un toucher apaisant, adapté à la fragilité de la personne.
3. 🖐️ Objectif : soulager les tensions, l'anxiété, l'isolement et favoriser le confort.
4. Communication non verbale
5. Le toucher devient un langage silencieux, permettant d'exprimer émotions et besoins.
6. 🖐️ Objectif : restaurer un sentiment de connexion et favoriser le lâcher-prise.
7. Approche relationnelle et empathique
8. Plus qu'une technique, il s'agit d'une démarche humaine centrée sur la présence, l'écoute et le respect de la dignité de la personne.
9. Implication de la famille
10. Possibilité d'associer les proches aux séances, pour renforcer le lien affectif et leur donner un rôle actif dans l'accompagnement.
11. Préparation à la fin de vie
12. Le massage confort et la réflexologie contribuent à apaiser les peurs et à offrir une fin de vie plus sereine, empreinte de dignité.

🌸 Déroulement et pratiques enseignées

- Techniques de massage confort adaptées à la gériatrie et au handicap (20 min à 1h selon la tolérance de la personne).
- Réflexologie de confort (mains, pieds, visage) pour stimuler la circulation énergétique, soulager les tensions et apporter un bien-être global.
- Approches relationnelles : présence, écoute, gestion de l'émotionnel
- Mises en situation pratiques avec adaptation selon le degré de fragilité

🌟 Clôture de la formation

- Bilan et résumé des acquis.
- Échanges interactifs entre l'intervenant et les stagiaires pour partager expériences et apprentissages.
- Évaluation du formateur et du programme afin de garantir l'amélioration continue de la formation.





CONTENU DE LA FORMATION ACCOMPAGNEMENT SENSORIEL ET RELATIONNEL AUPRÈS DES PERSONNES FRAGILISÉES

Jour 1

Introduction & Technique corporelle de confort en Gériologie ? Accueil des stagiaires avec petit-déjeuner convivial
Présentation du formateur et tour de présentation des stagiaires
Test de positionnement
Généralités sur le vieillissement et la mobilité réduite
Environnements de massage possibles
Accueil bienveillant avant/après massage
Recommandations / contre-indications
Choix des huiles
Qualités relationnelles : présence, écoute, observation
Prise en charge, matériel, postures et ergonomie
Enseignement pratique : Démonstration du massage confort sur fauteuil roulant
Techniques : prise de contact, effleurages, lissages, mobilisation nuque, pressions, étirements...
Pratique par les stagiaires sur modèle avec respect de la pudeur Questions/réponses de fin de session

Jour 2 :

Pratique approfondie - Massage sur fauteuil & alité
Questionnaire sur la théorie Révision et ajustement du protocole sur fauteuil
Démonstration par le formateur sur personne alitée
Changement de binômes et pratique avec adaptation à divers handicaps Mises en situation professionnelle
Évaluation des acquis pratiques sur modèle

Jour 3 : Posture relationnelle en soins palliatifs et en fin de vie

Enseignement théorique : Besoins fondamentaux, dignité, fin de vie et soins palliatifs
Accompagnement du lâcher-prise
Environnement de travail et besoins de la personne malade / proches
Stades du deuil
Posture du praticien : écoute, attitude, hygiène, éthique
Questionnaire théorique
Pratique Démonstration de soutien relationnel en confort en fin de vie (décubitus dorsal) et en soins palliatifs
Techniques : apposition, effleurages, zones sensibles Pratique en binômes + échanges de fin de cours

Jour 4 : Jeux de rôle & validation de la pratique Révision du protocole complet (fauteuil + alité)

Ajustement des gestes / postures Jeux de rôle : Accompagnement de la famille
Mises en situation professionnelle Évaluation pratique supervisée par le formateur
Conclusion et échanges fin de journée

Jour 5 : Réflexologie Zonale - Théorie : origine, bienfaits, contre-indications, anatomie, cartographie, zones réflexes Démonstration sur modèle : effleurages, lissages, reptations, zones réflexes Pratique en binômes + débrief

Jour 6 : Pratique approfondie réflexologie Zonale

Questionnaire théorique Révision du protocole complet
Ajustements, respect de l'ergonomie et de l'intimité Adaptation de la pratique selon morphologies
Pratique fluide en binômes avec ajustement des postures Questions/réponses de fin de cours

Jour 7 : Maîtrise & évaluation finale

Révision globale du cursus
Mise en pratique de l'ensemble des techniques abordées (massage fauteuil, alité, fin de vie, réflexologie plantaire)
Adaptation du toucher selon la morphologie et les besoins de la personne
Évaluation pratique finale : Chaque stagiaire donne et reçoit une séance
Questionnaire théorique final
Conclusion, bilan de formation, échange collectif





FORMATION REFLEXOLOGIE PLANTAIRE SUR 4 JOURS:28H00

La Réflexologie Plantaire : Les Pieds, Reflet du Corps

Introduction à la Réflexologie Plantaire :

La réflexologie plantaire est une pratique thérapeutique qui repose sur l'idée que les pieds contiennent des zones réflexes correspondant à chaque partie du corps. Bien plus qu'un simple massage des pieds, des mains ou du visage, cette technique utilise des pressions spécifiques pour favoriser un rééquilibrage global, qu'il soit émotionnel, physique ou mental.



Principes et Méthodes :

1. Zones Réflexes :

- Réflexologie Plantaire : Les pieds sont considérés comme une carte du corps, avec chaque zone réflexe représentant un organe ou une fonction corporelle spécifique. En stimulant ces zones, la réflexologie vise à améliorer le fonctionnement des organes correspondants et à promouvoir la santé générale.
- Zones Réflexes des Mains et du Visage : Outre les pieds, la réflexologie peut également être pratiquée sur les mains et le visage, en utilisant des techniques similaires pour atteindre les mêmes bénéfices thérapeutiques.

1. Techniques de Massage :

- Pétrissage : Technique utilisée pour détendre les muscles et améliorer la circulation sanguine en manipulant les tissus en profondeur.
- Lissage : Mouvement doux pour réchauffer et préparer les zones réflexes avant des pressions plus ciblées.
- Pression : Application de pressions spécifiques sur des points précis pour stimuler les zones réflexes et libérer des tensions.
- Mobilisation Articulaire : Mouvement doux des articulations pour améliorer leur flexibilité et réduire les tensions.
- Percussion : Tapotements légers pour stimuler les zones réflexes et dynamiser le flux d'énergie.

1. Outils et Protocoles :

- Stylet en Bois : Un outil traditionnel utilisé pour exercer des pressions précises sur les zones réflexes des pieds. Ce stylet permet de cibler des points spécifiques avec une grande précision.
- Protocole Thaïlandais : La réflexologie plantaire thaïlandaise inclut jusqu'à une soixantaine de mouvements spécifiques. Ces mouvements sont intégrés dans un protocole structuré pour maximiser les bienfaits du massage des pieds.

Bienfaits de la Réflexologie Plantaire :

1. Rééquilibrage Émotionnel :

- La stimulation des zones réflexes aide à libérer les tensions émotionnelles et favorise un état de calme et de bien-être.

1. Rééquilibrage Physique :

- En agissant sur les zones réflexes liées aux différents organes et systèmes corporels, la réflexologie peut contribuer à améliorer la fonction digestive, respiratoire, et circulatoire, entre autres.

1. Rééquilibrage Mental :

- La réflexologie aide à réduire le stress et l'anxiété, et peut améliorer la qualité du sommeil en induisant un état de relaxation profonde.





CONTENU DE FORMATION REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Accueil des Stagiaires :

- Petit-Déjeuner : Accueil des stagiaires autour d'un petit-déjeuner convivial avec café, thé.
- Présentation : Introduction du formateur et présentation individuelle des apprenants.

Premier Jour : Enseignement Théorique et Pratique

- Test de Positionnement : Évaluation initiale des connaissances des stagiaires.
- Enseignement Théorique :
 - Origine du Massage Plantaire : Historique et principes de la réflexologie plantaire.
 - Bienfaits du Massage Plantaire : Impact sur la relaxation, le bien-être et l'équilibre corporel.
 - Recommandations et Contre-Indications : Pratiques sûres et situations à éviter.
 - Anatomie : Structure du pied et connexion avec les organes corporels.
 - Cartographies des Pieds : Identification des zones réflexes sur le pied.
 - Zones Réflexes : Étude des principales zones réflexes et leur rôle dans le rééquilibrage corporel.
- Enseignement Pratique :
 - Démonstration du Formateur : Techniques de massage plantaire (prise de contact, effleurages, lissages, oscillations, reptations, travail sur les zones réflexes).
 - Objectif : Permettre une relaxation profonde et efficace de la personne.
 - Pratique en Binôme : Assimilation des techniques par les stagiaires avec retour et débriefing en fin de cours.
-

Deuxième Jour : Approfondissement et Révision

- Questionnaire Théorique : Évaluation des connaissances acquises.
- Révision du Protocole : Revue complète des techniques pour éviter les erreurs et assurer une intégration correcte des gestes.
- Démonstration : Techniques avancées du formateur, y compris massage palmaire et facial.
- Adaptation du Massage : Application des techniques sur un modèle avec prise en compte de l'ergonomie, de la sécurité et du respect de l'intimité.
- Échanges Questions-Réponses : Discussions pour clarifier les doutes et approfondir la compréhension.

Troisième Jour : Pratique Intégrale

- Révision du Protocole : Pratique en binôme avec ajustement des techniques et postures.
- Fluidité du Protocole : Pratique des techniques sur les pieds et les mains avec changement de binôme.
- Débriefing : Retour sur la pratique et les ajustements nécessaires.

Quatirème jour: Consolidation et Évaluation

- Acquisition du Protocole : Intégration des bonnes postures et techniques.
- Adaptation de la Pratique : Ajustements selon la morphologie, les besoins et le ressenti de la personne.
- Évaluation des Acquis : Chaque participant doit réaliser une séance complète de réflexologie plantaire en binôme, sous la supervision du formateur.
- Évaluation du Formateur et de l'Organisme : Retour des stagiaires sur la qualité de la formation et du formateur.
- Clôture : Rappel du déroulé de la formation, conclusion, retour sur les objectifs, et échange dynamique entre le formateur et les stagiaires.



FORMATION REFLEXOLOGIE PALMAIRE SUR 3 JOURS: 21H00

Les mains, le reflet du corps

La réflexologie palmaire est une technique de massage spécialisée qui va bien au-delà du simple soin des mains.

Cette approche repose sur le principe que les mains, comme les pieds, reflètent l'état général du corps et permettent d'accéder à un rééquilibrage émotionnel, physique et mental par la stimulation de zones précises, appelées zones réflexes.



Principe et Bienfaits

La réflexologie palmaire consiste à appliquer des techniques spécifiques sur les mains pour influencer positivement l'ensemble du corps. Les mains sont divisées en zones réflexes qui correspondent à différents organes et systèmes corporels.

En stimulant ces zones, on peut aider à améliorer la circulation sanguine, réduire le stress, favoriser le bien-être général, et apporter un soulagement à divers maux physiques et émotionnels.

Techniques Utilisées

Le massage en réflexologie palmaire intègre plusieurs mouvements typiques :

- **Pétrissage** : Technique qui consiste à manipuler et à malaxer les tissus pour améliorer la circulation et détendre les muscles.
- **Lissage** : Mouvement fluide et régulier qui aide à apaiser les tensions et à promouvoir la relaxation.
- **Pression** : Application de pressions ciblées sur les zones réflexes pour stimuler les points spécifiques et équilibrer les fonctions corporelles.
- **Mobilisation Articulaire** : Techniques visant à assouplir les articulations et améliorer leur flexibilité.
- **Percussion** : Application de légères frappes pour dynamiser et revitaliser les tissus.
-

Outils et Protocoles

La stimulation des zones réflexes de la main peut également être effectuée avec un stylet en bois, un outil précis qui permet d'exercer des pressions très ciblées. Cette approche favorise un travail plus approfondi sur les zones réflexes spécifiques.

En pratique, la réflexologie palmaire utilise un ensemble de mouvements spécifiques, totalisant environ soixantaine, qui sont soigneusement intégrés dans le protocole de massage.

Ces techniques sont inspirées des méthodes traditionnelles, telles que celles utilisées dans les massages thaïlandais, pour offrir une approche complète et efficace.



CONTENU DE FORMATION REFLEXOLOGIE PALMAIRE

Accueil des stagiaires

La formation débute par un accueil chaleureux des stagiaires autour d'un petit-déjeuner convivial, comprenant café, thé . Cette première rencontre est l'occasion de faire connaissance avec le formateur et de permettre à chacun de se présenter.

Premier jour : Enseignement théorique et pratique

- Test de positionnement : Évaluation initiale des connaissances des participants pour adapter le contenu de la formation à leurs besoins spécifiques.
- Enseignement théorique :
 - Généralités sur l'origine du massage plantaire : Introduction à l'histoire et aux principes fondamentaux du massage plantaire, et son lien avec la réflexologie palmaire.
 - Les bienfaits de la réflexologie palmaire : Exploration des avantages physiques, émotionnels et mentaux associés à cette pratique.
 - Recommandations et contre-indications : Identification des situations dans lesquelles la réflexologie palmaire est particulièrement bénéfique et des précautions à prendre.
 - Anatomie : Étude des structures anatomiques pertinentes pour comprendre les zones réflexes de la main.
 - Cartographies des pieds : Bien que l'accent soit mis sur les mains, une revue des correspondances entre les pieds et les mains peut enrichir la compréhension globale.
 - Les différentes zones réflexes : Détail des zones réflexes spécifiques de la main et leur correspondance avec les organes et systèmes corporels.
- Enseignement pratique :
 - Démonstration des techniques : Le formateur effectue une démonstration détaillée des mouvements et gestes essentiels de la réflexologie palmaire sur un modèle. Les techniques incluent la prise de contact, effleurages, lissages, oscillations, reptations et travail sur les zones réflexes de la main.
 - Objectifs des techniques : Le but de ces techniques est de permettre une relaxation profonde et un bien-être général de la personne massée.
- Pratique en binôme : Les stagiaires pratiquent les techniques apprises en binôme, sous la supervision du formateur, avec des séances de débriefing pour affiner les compétences.

Deuxième jour : Révision et perfectionnement

- Questionnaire sur la théorie : Évaluation des connaissances théoriques acquises pour s'assurer de la compréhension complète des concepts.
- Révision du protocole : Révision complète du protocole de réflexologie palmaire pour éviter les erreurs et garantir la maîtrise des gestes techniques.
 - Ajustement des gestes et postures : Ajustement des techniques et postures des stagiaires pour optimiser l'efficacité et le confort.
- Démonstration avancée : Le formateur montre des techniques avancées et des adaptations spécifiques selon les besoins des clients.
- Pratique par binôme : Les apprenants continuent la pratique en binôme avec des changements réguliers pour diversifier les expériences. Débriefing et corrections apportées à la fin de chaque session.

Troisième jour : Application et évaluation

- Acquisition du protocole : Intégration complète des techniques et postures avec une attention particulière à l'ergonomie et au respect de la sécurité et de l'intimité du client.
- Adaptation selon la morphologie et les besoins : Apprentissage de l'adaptation des techniques en fonction des caractéristiques individuelles des clients.
- Évaluation des acquis : Les participants doivent réaliser une séance complète de réflexologie palmaire, donnant et recevant des massages sous la supervision du formateur.

Évaluation du formateur et de l'organisme : Les stagiaires évaluent la formation et le formateur pour assurer la qualité et l'efficacité du programme.

•

À la fin de la formation, un récapitulatif des points clés abordés est effectué, suivi d'une conclusion pour réaffirmer les objectifs atteints. Un échange dynamique entre le formateur et les stagiaires permet de discuter des apprentissages et des perspectives futures.



FORMATION MASSAGE PRÉNATAL SUR 2 JOURS:14H00

Le massage prénatal est un soin bien-être conçu spécifiquement pour accompagner la future maman tout au long de sa grossesse.

Ce massage doux, relaxant et enveloppant est adapté aux besoins uniques des femmes enceintes, et peut être pratiqué dès le début du 2ème trimestre jusqu'à la fin du 8ème mois, à condition qu'il n'y ait pas de contre-indications obstétricales.



Le massage prénatal a pour objectif de soulager les tensions physiques causées par la grossesse, notamment au niveau du dos et des jambes, où les douleurs sont les plus fréquentes.

Il favorise également la circulation veineuse, ce qui aide à réduire les sensations de jambes lourdes et les gonflements. Enfin, il améliore la tonicité et l'élasticité de la peau, préparant le corps à l'évolution rapide liée à la grossesse.

C'est un moment de détente pour la future maman, qui lui permet de se reconnecter avec son corps, de relâcher les tensions et d'apaiser les inconforts physiques liés à la grossesse.

Faire une formation en massage prénatal présente plusieurs avantages, tant pour les professionnels du bien-être que pour les futures mamans. Voici quelques raisons principales :

1. Acquérir des compétences spécifiques

Le massage prénatal nécessite une compréhension fine des besoins physiologiques et émotionnels des femmes enceintes.

Cette formation permet d'apprendre des techniques adaptées, en tenant compte des changements corporels et des précautions à prendre pour garantir le bien-être et la sécurité de la future maman.

2. Répondre à une demande croissante

Le bien-être durant la grossesse devient une priorité pour de nombreuses femmes.

La formation permet aux professionnels d'intégrer une nouvelle prestation à leur offre, répondant ainsi à une demande croissante de soins spécifiques pour les femmes enceintes.

3. Soulager les inconforts liés à la grossesse

La grossesse peut entraîner des douleurs musculaires, des tensions dans le dos et les jambes, ainsi que des problèmes de circulation.

Le massage prénatal aide à soulager ces maux, apportant détente et confort à la future maman, ce qui en fait un service apprécié.

4. Offrir un accompagnement bienveillant

En maîtrisant les techniques de massage prénatal, le praticien devient un acteur important dans l'accompagnement des futures mamans.

Il peut contribuer à leur bien-être physique et émotionnel pendant une période de grands bouleversements, créant ainsi un espace de réconfort et de sérénité.

5. Favoriser la connexion entre la maman et son bébé

Le massage prénatal aide à renforcer le lien entre la mère et l'enfant à naître.

En favorisant la relaxation, il permet à la maman de se concentrer sur son corps et sur son bébé, créant une expérience apaisante et intime.



CONTENU DE FORMATION MASSAGE PRÉNATAL

Premier jour :

Accueil des stagiaires :

- Accueil des participants sous forme de petit-déjeuner convivial, avec café/thé.

Présentation :

- Présentation du formateur et présentation individuelle des apprenants pour favoriser les échanges et l'esprit de groupe.

Enseignement théorique :

- Test de positionnement : évaluation des connaissances préalables des stagiaires.
- Origine du massage prénatal : introduction sur l'historique et l'évolution de cette pratique.
- Bienfaits du massage prénatal : comprendre les effets positifs sur la femme enceinte, tant sur le plan physique que psychologique.
- Précautions particulières pour la femme enceinte : détails sur les spécificités liées aux différents trimestres de la grossesse.
- Recommandations et contre-indications du massage prénatal : identification des situations dans lesquelles le massage ne peut pas être pratiqué.
- Déroulement de la prise en charge dans la bienveillance : approche relationnelle et empathique avec la future maman.
- Manœuvres en douceur : introduction aux techniques douces adaptées aux femmes enceintes.
- Choix des huiles adaptées : apprendre à sélectionner des huiles sécuritaires pour la grossesse.
- Règles d'hygiène et de sécurité : bonnes pratiques à adopter pour garantir la sécurité et le confort.
- Déroulement de la grossesse : rappel des étapes clés de la grossesse.
- Matériel utilisé : présentation du matériel essentiel (coussins, huiles, serviettes).

Enseignement pratique :

- Instruction et démonstration : le formateur réalise une démonstration des mouvements et gestes du massage prénatal sur un modèle (positions assise et couchée sur les côtés). Techniques enseignées : prise de contact, effleurages, lissages, pressions glissées.
- Pratique en binôme : les stagiaires s'exercent en binôme sur les mouvements enseignés, en respectant la sécurité et l'intimité de la femme enceinte.
- Debriefing à la fin de la session pour échanger sur les ressentis et les techniques apprises.

Deuxième jour :

Questionnaire théorique :

- Questionnaire de révision pour consolider les acquis théoriques.

Révision du protocole en entier :

- Revue complète des gestes appris pour éviter les erreurs d'interprétation.
- Adaptation des gestes : correction et ajustement des techniques du massage prénatal selon la morphologie des participantes.
- Changement de binôme : pratique avec différents partenaires pour s'adapter à diverses morphologies.
- Ergonomie ajustée : enseignement des postures correctes pour préserver le praticien durant le massage.
- Face antérieure : apprentissage des manœuvres spécifiques sur la face avant du corps, démontré par le formateur.
- Échanges questions réponses : discussion ouverte pour clarifier les doutes et répondre aux questions.

Révision complète du protocole :

- Les stagiaires revoient et pratiquent l'ensemble du protocole de massage prénatal en binôme, sous la supervision du formateur.
- Validation des acquis : mise en situation professionnelle pour valider les compétences pratiques acquises.
- Évaluation de la pratique : chaque participant donne un massage prénatal complet à un binôme sous l'œil du formateur pour garantir la bonne exécution des techniques.
- Échanges dynamiques et retour d'expérience entre l'intervenant et les stagiaires pour clôturer la formation sur un bilan constructif.

Cette formation vise à former des praticiens compétents en massage prénatal, capables de répondre aux besoins spécifiques des femmes enceintes avec bienveillance, sécurité et expertise.



FORMATION MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES SUR 3 JOURS:21H00

Le massage aux pierres chaudes est une technique de bien-être particulièrement adaptée aux périodes froides.

Il utilise des pierres de basalte, d'origine volcanique, chauffées entre 50° et 60°, qui sont lentement glissées sur le corps pour transmettre leur chaleur et leur énergie.



Ces pierres, finement polies, permettent de détendre les muscles, de stimuler la circulation sanguine, d'éliminer les toxines, et de réduire le stress.

Le massage commence par un huilage du corps, sans les pierres, pour préparer la peau à recevoir les bienfaits de la chaleur.

Ensuite, le thérapeute utilise les pierres pour masser les muscles en profondeur, en réalisant des effleurages doux et de lents mouvements qui aident à détendre le corps.

En fin de séance, les pierres sont déposées sur des points clés du corps, tels que les chakras, pour maximiser la relaxation et l'équilibre énergétique.

Ce massage, d'une durée d'environ 1h30, aide à réharmoniser les fonctions énergétiques et à évacuer le stress accumulé. Il offre une expérience unique, alliant chaleur et douceur pour un bien-être total, tout en permettant une relaxation profonde et durable.

Conclusion : Cette formation permet de maîtriser les techniques spécifiques du massage aux pierres chaudes et froides, garantissant une pratique sécurisée et bienveillante tout en offrant une expérience de relaxation profonde et régénératrice pour les clients.



CONTENU DE LA FORMATION MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

Premier jour :

Accueil des stagiaires :

- Petit-déjeuner avec café/thé.
- Présentation du formateur et présentation individuelle des apprenants.

Enseignement théorique :

- Test de positionnement : Évaluation initiale des connaissances et compétences des stagiaires.
- Origine et histoire du massage aux pierres chaudes :
 - Les origines du massage aux pierres chaudes dans différentes cultures.
 - Explication de la nature et de l'utilisation des pierres volcaniques (basalte).
- Les bienfaits du massage aux pierres chaudes :
 - Soulagement des tensions musculaires.
 - Amélioration de la circulation sanguine.
- Précautions et contre-indications :
 - Situations dans lesquelles il est déconseillé d'utiliser des pierres chaudes ou froides.
 - Connaître les précautions à prendre avec certains types de clients (personnes âgées, femmes enceintes, etc.).
- Déroulement de la séance et la bienveillance dans la prise en charge :
 - Importance d'une approche douce et adaptée aux besoins du client.
 - Rôle des pierres dans la détente du corps et de l'esprit.
- Choix des huiles et des pierres :
 - Sélection d'huiles adaptées au massage avec les pierres pour favoriser la glisse et la relaxation.
- Règles d'hygiène et de sécurité à respecter :
 - Nettoyage et désinfection des pierres avant et après utilisation. Prévention des brûlures et des accidents lors de la manipulation des pierres chaudes.
- Matériel employé :
 - Types de pierres : pierres chaudes (basalte), pierres froides (marbre). Chauffe-pierres et gestion de la température. Accessoires complémentaires (serviettes, huiles, tables de massage).

Enseignement pratique :

- Démonstration des mouvements et gestes du massage aux pierres chaudes et froides :
 - Prise de contact avec le corps du client.
 - Effleurages, lissages et pressions glissées avec les pierres.
 - Utilisation des pierres pour masser tout le corps : dos, jambes, bras, visage.
 - Dépôt des pierres sur des points stratégiques pour la relaxation (chakras, muscles tendus).
- Techniques spécifiques enseignées :
 - Massage en glissement lent avec des pierres chaudes sur les muscles.
 - Utilisation des pierres froides pour réduire les inflammations et équilibrer les énergies.
- Pratique en binôme : Le stagiaire applique les techniques apprises sur son partenaire en respectant les consignes de sécurité et d'intimité. Debriefing et échanges à la fin du cours pour consolider les apprentissages.

Deuxième jour :Questionnaire sur la théorie : Évaluation des connaissances théoriques acquises.

- Révision complète du protocole de massage :
 - Correction des erreurs potentielles et validation des gestes techniques essentiels.
- Adaptation et ajustement des gestes :
 - Ajustement des mouvements et des positions pour maximiser l'efficacité du massage et respecter l'ergonomie du praticien.
- S'adapter à la morphologie et aux besoins du client :
 - Apprentissage des techniques de personnalisation du massage selon le corps et les attentes du client.
- Apprentissage des manœuvres complémentaires :
 - Techniques spécifiques sur la face antérieure du corps (ventre, bras, jambes).
- Échanges questions-réponses :
 - Clarification des techniques et des notions essentielles par le formateur.

Troisième jour :Révision du protocole en entier en binôme :

- Mise en pratique approfondie du protocole pour une maîtrise complète des gestes.
- Validation des acquis au travers de mises en situation professionnelle :
 - Simulations de scénarios réels pour tester les compétences pratiques des stagiaires.
- Évaluation des acquis de la pratique :Chaque participant donne un massage complet d'1h à 1h30 sous la supervision du formateur.



FORMATION RÉFLEXOLOGIE CRANIO FACIALE SUR 4 JOURS:21H00

Réflexologie Crânio-Faciale

La réflexologie cranio-faciale est une technique réflexe visant à stimuler certaines zones du visage et du crâne pour soulager le stress et favoriser la détente.

Cette méthode repose sur l'apprentissage de techniques spécifiques de digito-pression appliquées sur les zones réflexes du visage et de la tête.



Objectifs principaux :

- Prévention et gestion du stress : Soulager les tensions musculaires
- et tissulaires accumulées, et améliorer le bien-être général.
- Stimulation des zones réflexes : Favoriser la circulation sanguine et lymphatique à travers des pressions ciblées sur des points précis.
- Détente du système nerveux : Offrir une relaxation globale et libératrice de stress grâce à la stimulation des terminaisons nerveuses concentrées dans la tête et le visage.

Technique :

La tête, riche en terminaisons nerveuses (environ 300 points réflexes), offre une connexion directe avec différents organes et systèmes du corps. En travaillant ces points spécifiques, la réflexologie cranio-faciale permet d'agir sur le cerveau, influençant ainsi l'état psychique général de la personne.

Méthodologie :

Les techniques enseignées permettent d'intégrer des manœuvres simples et efficaces de réflexologie dans les soins quotidiens.

Elles offrent la possibilité d'améliorer l'état général du client, sans être associées à des soins médicaux ou de kinésithérapie, conformément aux réglementations en vigueur (loi du 30.04.1946, décret 60669, article L.489 et arrêté du 8.10.1996).

Cette méthode constitue un complément aux approches de bien-être, aidant à réduire les tensions nerveuses et musculaires tout en favorisant une relaxation profonde



CONTENU DE LA FORMATION RÉFLEXOLOGIE CRANIO FACIALE

Accueil des stagiaires :

- Petit-déjeuner offert avec café/thé.
- Présentation du formateur et tour de table pour une présentation individuelle des apprenants.

Premier jour : Enseignement théorique

1. Test de positionnement : Identification du niveau de connaissances des stagiaires.
2. Généralités sur l'origine du massage cranio-facial-auriculaire : Histoire et bases théoriques de cette pratique.
3. Les bienfaits de la réflexologie : Comment la réflexologie aide à soulager le stress, améliorer la circulation sanguine, et favoriser la relaxation.
4. Recommandations et contre-indications : Quand pratiquer et quand éviter ce type de massage, en prenant en compte les spécificités de chaque individu.
5. Anatomie, Méridiens et Cartographies du visage : Étude des méridiens et des zones réflexes du visage, de la tête et des oreilles.
6. Les différentes zones réflexes : Apprentissage des zones réflexes spécifiques liées aux organes du corps.

Enseignement pratique :

1. Démonstration et pratique des techniques de massage cranio-facial-auriculaire :
 - Instruction détaillée par le formateur sur un modèle.
 - Techniques enseignées : Prise de contact, effleurages, reptations, lissages.
 - Travail sur les zones réflexes du visage, de la tête et des oreilles.
 - But : Dissiper les tensions, améliorer la relaxation, et rétablir l'équilibre énergétique.
2. Pratique par les stagiaires en binôme : Chaque stagiaire apprend à réaliser les mouvements sous la supervision du formateur, en respectant les règles de sécurité et d'intimité.
3. Débriefing et échanges : Questions-réponses en fin de journée pour clarifier les points pratiques.

Deuxième jour : Révision et approfondissement

1. Questionnaire théorique : Validation des connaissances théoriques acquises la veille.
2. Révision des gestes appris : Revue des techniques pour corriger d'éventuelles erreurs et bien intégrer les mouvements.
3. Changement de binôme : Pour faciliter l'adaptation aux différentes morphologies et perfectionner les techniques.
4. Adaptation des techniques : Apprentissage de l'ergonomie du toucher, en s'adaptant à chaque morphologie.

Troisième jour : Maîtrise et application du protocole

1. Acquisition complète du protocole : Révision de l'ensemble des techniques en binôme.
2. Ajustement du toucher : Adaptation des gestes selon la morphologie et les besoins de chaque individu.

Quatrième jour Pratique fluide : Assurer que chaque stagiaire maîtrise le protocole avec fluidité et précision.

Évaluation et pratique

1. Évaluation des acquis : Mise en pratique des techniques apprises sur un binôme, sous la supervision du formateur.
2. Séance complète : Chaque participant doit à la fois recevoir et donner une séance complète de massage cranio-facial-auriculaire.
3. Retour final et conclusion :
 - Rappel des objectifs de la formation.
 - Conclusion de la journée avec un échange dynamique entre les apprenants et le formateur.
 - Évaluation de la formation par les stagiaires (retour sur l'expérience, le contenu et la qualité de la formation).

Ce contenu de formation vous permettra de maîtriser en profondeur la technique du massage cranio-facial-auriculaire et de l'intégrer à votre pratique professionnelle, en veillant à l'ergonomie, la sécurité, et le bien-être de la personne massée.



FORMATION BODY NATURO FLUX DETOX POCHON PHYTO AROMATIQUE SUR 3 JOURS: 21H00



Le massage qui purifie, libère et régénère

Découvrez une méthode de massage bien-être innovante, alliant tradition naturelle et techniques modernes.

Le Body Naturo Flu Détox combine :

- 🌿 la naturopathie (huiles essentielles, respiration, hydratation, hygiène de vie),
- 💧 le drainage manuel pour stimuler la circulation sanguine et lymphatique,
- 🔥 des manœuvres minceur (palper-rouler, lissages, pressions) pour remodeler la silhouette,
- ✨ une approche énergétique pour harmoniser les flux (sanguin, lymphatique, digestif, émotionnel),
- 💜 des techniques de libération émotionnelle pour un mieux-être global.

Son originalité ?

👉 L'utilisation de ballotins de phyto-aromathérapie, qui diffusent la chaleur et les bienfaits des plantes pour renforcer l'action détoxifiante et apaisante.

Les bienfaits

Un massage complet, profond et régénérant, qui agit sur :

- ✓ la relance des émonctoires (organes d'élimination),
- ✓ la diminution des tensions physiques et émotionnelles,
- ✓ la réduction des sensations de lourdeur (jambes, ventre),
- ✓ la stimulation de la vitalité et du métabolisme.

💎 Body Naturo Flu Détox : une expérience unique pour purifier le corps, apaiser l'esprit et retrouver une énergie nouvelle.



CONTENU DE LA FORMATION BODY NATURO FLUX DETOX

- Jour 1
- - Fondements et initiation (7h)
- Accueil des stagiaires (présentation et attentes).
- Test de positionnement
- Définition du Body Naturo Flux Détox et principes naturopathiques associés.
- Étude des flux corporels : sanguin, lymphatique, énergétique, digestif.
- Présentation des huiles, plantes et supports naturels.
- Démonstration des manœuvres de drainage doux.
- Exercices pratiques guidés en binômes (postures, gestes).
- Jour 2
- - Techniques minceur et drainage ciblé (7h)
- Révision active des acquis (échauffement et corrections).
- Techniques de drainage manuel ciblées (jambes, abdomen, bras).
- Gestes minceur : palper-rouler manuel, lissages profonds.
- Construction de séquences pratiques par zones.
- Conseils naturopathiques associés (respiration, hydratation, alimentation).
- Jour 3
- - Intégration et évaluation (7h)
- Révisions théoriques sous forme de QCM.
- Réalisation du protocole complet Body Naturo Flux Détox (90 min).
- Évaluation pratique individuelle avec grille critériée.
- Débriefing collectif et corrections personnalisées.
- Conseils de mise en place professionnelle.
- Remise des attestations de formation.
-  Moyens pédagogiques : Support pédagogique (manuel stagiaire + schémas). Démonstrations par le formateur. Pratiques supervisées en binômes. Fiches pratiques pour suivi client.
-  Évaluation : Théorique : QCM jour 3. Pratique : protocole complet évalué par le formateur.
- Auto-évaluation : prise de recul personnelle.



FORMATION MASSAGE POST NATAL ET SOIN REBOZO SUR 2 JOURS: 21H00

Le massage post-natal est spécialement conçu pour soulager les douleurs et les tensions que la jeune maman peut ressentir après l'accouchement.

Il favorise une récupération physique en apaisant les muscles et en facilitant la détente générale.

Ce soin permet de rééquilibrer le corps et de redonner de l'énergie à la maman tout en contribuant à la diminution du stress.

Le soin Rebozo, un rituel ancestral mexicain, complète le massage post-natal par une technique de relaxation profonde.

Utilisant un long tissu traditionnel appelé Rebozo, ce soin offre un enveloppement doux et un bercement qui apportent une sensation de sécurité et de confort.

Il aide à drainer l'organisme, rétablissant ainsi l'équilibre des organes en leur permettant de retrouver leur place et leur taille initiale.

En outre, le soin Rebozo contribue à la récupération du poids initial de la maman après l'accouchement, tout en renforçant le lien entre le corps et l'esprit.

Ce rituel puissant aide également à recentrer et revitaliser les nouvelles mamans, les aidant à retrouver leur bien-être après l'épreuve de la grossesse et de l'accouchement.





CONTENU DE LA FORMATION MASSAGE POST NATAL ET SOIN REBOZO

Accueil des stagiaires :

- Accueil des participants avec un petit-déjeuner (café/thé).
- Présentation du formateur et présentation individuelle des apprenants pour favoriser les échanges et la cohésion du groupe.

Premier Jour :Enseignement Théorique :

- Test de positionnement : Évaluation des connaissances initiales des stagiaires.
- Changements physiologiques, psychologiques et physiques post-accouchement : Comprendre les besoins spécifiques de la jeune maman.
- Le Post-Partum : Ses effets sur le corps et l'esprit, ainsi que l'importance du soutien post-natal.
- Bienfaits du massage post-natal : Soulagement des tensions musculaires, drainage, rééquilibrage des organes.
- Contre-indications : Précautions à prendre pour un massage en toute sécurité.
- Posture et bien-être du masseur : Importance de la bonne posture pour éviter les tensions chez le praticien.
- Principes du massage post-natal : Objectifs et impacts de cette technique.

Enseignement Pratique :Instruction et démonstration du massage post-natal : Le formateur présente les gestes et techniques, en expliquant chaque étape du protocole.

- Techniques enseignées : Prise de contact, effleurages, pressions glissées, lissages, étirements.
- Démonstration sur modèle : Illustration concrète de l’enchâînement des gestes.
- Assimilation des techniques par les stagiaires : Pratique sur modèle, avec préservation de l'intimité et en respectant les règles de sécurité.
- Débriefing : Échanges de fin de journée pour clarifier les points d’ombre et répondre aux questions.

Deuxième Jour : Révision et Questionnaire Théorique :

- Questionnaire sur la théorie : Validation des connaissances acquises le premier jour.
- Révision complète du protocole post-natal : Répétition des gestes pour s’assurer de la bonne intégration et éviter toute erreur.
- Validation des savoirs et acquis en situation professionnelle : Les stagiaires pratiquent sous la supervision du formateur.
- Ergonomie et adaptation des gestes : Ajustement des techniques en fonction des différentes morphologies des modèles.
- Débriefing : Évaluation des progrès et ajustements si nécessaire.

Révision des connaissances théoriques des stagiaires.

- Introduction au Soin Rebozo :
 - Origine du Rebozo : Rituel traditionnel mexicain.
 - Techniques et bienfaits du bercement Rebozo : Effets relaxants et rééquilibrant du soin.
 - Déroulement d’un soin Rebozo : Étapes du rituel, bienfaits pour le corps et contre-indications.

Enseignement Pratique : Démonstration du soin Rebozo par le formateur : Illustration des techniques spécifiques.

- Techniques enseignées : Travail sur la tête, les bras, les jambes, serrage du bassin et recentrage avec le Rebozo.
- Pratique par les stagiaires : Chaque stagiaire répète les gestes sur un modèle, tout en assurant confort, sécurité et intimité.
- Débriefing et échanges : Discussion sur la pratique du jour, réponses aux questions et ajustements des techniques.
- Révision complète du soin Rebozo : Intégration des techniques enseignées pour une compréhension approfondie.
- Questionnaire : Validation théorique des connaissances acquises durant la formation.

Enseignement Pratique et Évaluation Finale :

- Supervision du soin complet : Les stagiaires doivent réaliser un soin Rebozo complet, donner et recevoir un soin sous la supervision du formateur.



FORMATION SPÉCIALISTE ANTI-ÂGE GLOW FACE SUR 3 JOURS: 21H00



Le Glow Face est une méthode de massage visage innovante et complète, qui associe tradition et modernité pour un effet éclat, liftant et régénérant.

Cette formation professionnelle de 3 jours vous permettra de maîtriser un protocole exclusif alliant :

- ✨ Les manœuvres inspirées du Kobido japonais, pour un lifting naturel et une détente profonde.
- 💧 Le drainage lymphatique facial, qui stimule la circulation et favorise l'élimination des toxines pour un teint lumineux.
- 🌿 L'utilisation des ventouses faciales, pour relancer la microcirculation et redonner vitalité à la peau.
- 🔥 La maderothérapie faciale, qui sculpte et tonifie les traits du visage.
- 🌸 Le protocole Spécialiste Glow Face , combinant toutes ces techniques pour un résultat visible dès la première séance.

Les bienfaits du Glow Face

- ✓ Améliore l'éclat et l'uniformité du teint.
- ✓ Redonne tonicité et fermeté aux tissus.
- ✓ Détend les traits et libère les tensions accumulées.
- ✓ Stimule la circulation sanguine, lymphatique et énergétique.
- ✓ Offre une profonde sensation de bien-être et de lâcher-prise.



CONTENU DE LA FORMATION SPÉCIALISTE GLOW FACE

Jour 1

– Fondamentaux & Bases du GlowFace

Matin

- Accueil, présentation de la méthode GlowFace et des objectifs.
- Théorie : anatomie faciale (peau, muscles, méridiens énergétiques).
- Introduction aux bienfaits des massages faciaux (anti-âge, éclat, relâchement des tensions).

Après-midi

- Initiation aux manœuvres inspirées du Kobido : lissages, percussions, pincements liftants.
- Mise en pratique guidée en binômes.
- Focus : relâcher les tensions (mâchoires, tempes, contour des yeux).

Jour 2

– Drainage & Outils de Beauté

Matin

- Théorie : rôle du système lymphatique dans l'éclat et la santé de la peau.
- Apprentissage du drainage lymphatique facial : trajectoires, pression adaptée, séquence complète.
- Introduction et démonstration des outils :
 - Ventouses faciales (stimulation, microcirculation, élasticité),
 - Maderothérapie faciale (rouleaux, champignons pour le remodelage).

Après-midi

- Pratique combinée : drainage + ventouses + madero.
- Exercices de précision et de fluidité des gestes.
- Approche énergétique : harmonisation des flux et techniques de respiration guidée.

Jour 3

– Protocole Complet GlowFace

Matin

- Construction du protocole GlowFace Lifetime (60 à 75 min).
- Séquences par zones : front, yeux, joues, pommettes, mâchoires, cou et décolleté.
- Intégration des manœuvres : Kobido + drainage + ventouses + madero.

Après-midi

- Mise en pratique du GlowFace complet en autonomie.
- Évaluation formatrice avec corrections personnalisées.
- Astuces pour personnaliser le soin selon : type de peau, âge, objectifs clients (éclat, anti-âge, détox).
- Clôture et remise de l'attestation « Spécialiste GlowFace ».

✨ À l'issue de ces 3 jours, les stagiaires sauront exécuter un protocole complet et professionnel alliant tradition du liftant, efficacité moderne (drainage, ventouses, madero) et la méthode signature GlowFace Lifetime pour offrir éclat, régénération et bien-être.



FORMATION DRAINAGE LYMPHATIQUE ESTHÉTIQUE SUR 4 JOURS: 28H00

Le drainage lymphatique esthétique,
selon la méthode du Dr. Vodder, repose sur l'idée
que 70 % du corps humain est constitué de liquide.

L'eau, étant la base de la vie, est essentielle pour les
échanges moléculaires et cellulaires.



Dans ce contexte, le système lymphatique joue un rôle
clé en assurant l'évacuation du surplus de liquide tissulaire,

en transportant l'eau, les protéines, les graisses, les cellules libres et les déchets vers les ganglions
lymphatiques, où la lymphe est purifiée avant de rejoindre le système veineux.

Le drainage lymphatique manuel, en particulier selon la méthode Vodder, offre de nombreux bienfaits
en influençant positivement le milieu liquide du corps.

En utilisant des mouvements doux et circulaires, cette technique déplace la peau sur les tissus sous-
jacents, aidant à drainer la lymphe.

La pression, appliquée progressivement, stimule le nettoyage et la désintoxication des tissus et
ganglions lymphatiques.

Cette méthode permet de décongestionner les tissus, de favoriser la récupération sportive et
d'apporter une sensation de légèreté et de bien-être, tout en améliorant la circulation lymphatique et
veineuse.

Elle est particulièrement prisée pour son effet esthétique, contribuant à réduire la rétention d'eau,
éliminer les toxines, et affiner la silhouette.



CONTENU DE LA FORMATION DRAINAGE LYMPHATIQUE

1. Accueil des stagiaires :

- Accueil sous forme de petit déjeuner avec café/thé.
- Présentation du formateur et présentation individuelle des apprenants.

Premier jour : Enseignement théorique

- Test de positionnement : Évaluer les connaissances initiales des participants.
- Origine et principes du drainage lymphatique :
 - Les bienfaits du drainage lymphatique esthétique (détoxification, décongestion, effet relaxant).
 - Les recommandations et contre-indications (grossesse, maladies spécifiques, infections aiguës, etc.).
- Anatomie et fonctionnement du système lymphatique :
 - Structure du système lymphatique.
 - Relation avec le système circulatoire et le rôle des ganglions lymphatiques.
 - Processus de captage et d'élimination des toxines par la lymphe.

Enseignement pratique

- Introduction aux gestes techniques :
 - Manœuvre de captage des toxines et manœuvre de résorption.
 - Objectifs des techniques : désengorger les tissus, améliorer la circulation lymphatique, désintoxiquer la musculature, normaliser le tonus musculaire.
- Démonstration pratique :
 - Le formateur montre les techniques sur un modèle (face antérieure : visage, bras, ventre).
 - Pratique en binôme : Chaque stagiaire pratique les gestes sur un partenaire sous supervision, en respectant la sécurité et l'intimité.
 - Débriefing et échanges : Retour sur les pratiques à la fin du cours.
-

Deuxième jour :

- Questionnaire théorique : Pour valider la compréhension des concepts abordés la veille.
- Révision des techniques :
 - Révision des techniques de captage et de résorption sur la face antérieure (jambes, abdomen) et démonstration sur la face postérieure (jambes, dos).
- Pratique en binôme :
 - Mise en application des gestes appris, avec changement de binôme pour renforcer l'assimilation.
- Débriefing à la fin du cours.

Troisième jour :

- Révision et pratique complète :
 - Les stagiaires appliquent les techniques sur l'ensemble du corps, sur un modèle.
 - Changement de binôme pour une meilleure compréhension des différentes morphologies.
- Débriefing et ajustement des pratiques : Retour sur les zones à améliorer.

Quatrième jour :

- Perfectionnement des gestes et postures :
 - Révision des techniques et intégration des bonnes postures pour le masseur.
- Adaptation des techniques :
 - Ajustement des manœuvres selon la morphologie et le ressenti du client.
- Evaluation pratique :
 - Chaque participant donne et reçoit une séance complète de drainage lymphatique sous la supervision du formateur.
 - Débriefing collectif : Feedback sur les séances et évaluation des acquis.

Clôture de la formation :

- Conclusion et rappel des objectifs :
 - Récapitulatif des techniques acquises et des bienfaits du drainage lymphatique.
- Évaluation du formateur et de l'organisme par les stagiaires.
- Certificat de formation délivré à chaque participant.

La formation se termine par un échange dynamique entre le formateur et les participants, permettant de faire le point sur l'expérience et les compétences acquises.



FORMATION MASSAGE AYURVÉDIQUE AU BOL KANSU SUR 3 JOURS: 21H00

Le massage ayurvédique eu bol Kansu est une pratique ancestrale issue de l'Ayurveda, une médecine traditionnelle indienne vieille de plus de 5 000 ans.

Cette technique vise à harmoniser le corps et l'esprit

en tenant compte des caractéristiques uniques d e chaque individu.



Description du Massage :

1. Philosophie et Objectifs :

- **Harmonie Corps-Esprit** : L'Abhyanga est fondé sur la philosophie ayurvédique qui considère que le bien-être global dépend d'un équilibre entre le corps, l'esprit et l'environnement.
- **Amélioration de la Santé** : Ce massage vise à améliorer la santé et le bien-être général, en revitalisant la peau, en soulageant les tensions et en favorisant une sensation de relaxation profonde.
- **Longévité** : En nourrissant les tissus corporels avec des huiles spécifiques, le massage contribue à augmenter la longévité et à préserver la vitalité.

1. Méthodologie :

- **Huiles Chaudes** : souvent adaptées aux besoins individuels selon le dosha (constitution énergétique) de la personne. Ces huiles nourrissent la peau et aident à éliminer les toxines.
- **Techniques de Massage** : Le massage se compose de mouvements doux et fluides, appliqués sur tout le corps avec une attention particulière aux points de tension et aux zones spécifiques. Les techniques incluent des effleurages, des pétrissages et des pressions légères.

1. Bénéfices :

- **Revitalisation de la Peau** : L'application d'huile nourrit la peau en profondeur, la rendant plus souple, douce et éclatante.
- **Relaxation et Soulagement** : Ce massage aide à détendre les muscles, réduire le stress et les tensions, et favoriser un état de calme et de sérénité.
- **Équilibre Énergétique** : En stimulant les points vitaux et en améliorant la circulation sanguine, aide à équilibrer les énergies du corps et à restaurer l'harmonie intérieure.

En somme, le massage ayurvédique est une pratique holistique qui intègre les principes de l'Ayurveda pour promouvoir la santé, le bien-être et l'équilibre général. Il est apprécié pour ses effets revitalisants et régénérants, tant au niveau physique que mental.

Cette formation vise à fournir aux participants non seulement les compétences techniques nécessaires pour pratiquer le massage ayurvédique au bol Kansu, mais aussi une compréhension approfondie de ses principes théoriques et pratiques.



CONTENU DE LA FORMATION MASSAGE AYURVÉDIQUE AU BOL KANSU

Jour 1 : Introduction et Enseignement Théorique

1. Accueil des Stagiaires :

- Petit-Déjeuner Accueillant : Accueil sous forme de petit-déjeuner, comprenant café/thé, pour créer un cadre convivial et détendu.
- Présentation du Formateur : Introduction du formateur, expliquant son expérience et ses qualifications.
- Présentation des Apprenants : Chaque stagiaire se présente pour favoriser une ambiance collaborative.

2. Test de Positionnement :

- Évaluation Initiale : Test pour évaluer les connaissances préalables des stagiaires et leur niveau de confort avec le massage ayurvédique.

3. Enseignement Théorique :

- Généralités sur le Massage Ayurvédique et le Bol Kansu : Introduction à l'origine, à l'histoire et aux principes du massage ayurvédique et au rôle spécifique du bol Kansu.
- Les Bienfaits du Massage Ayurvédique : Discussion sur les effets positifs sur la santé physique et mentale.
- Les Doshas : Explication des trois doshas (Vata, Pitta, Kapha) et leur influence sur la santé et le bien-être.
- Les Techniques : Vue d'ensemble des différentes techniques utilisées dans le massage ayurvédique.
- Les Fluides Énergétiques du Corps : Introduction aux concepts de l'énergie vitale et des méridiens.
- Recommandations et Contre-indications : Présentation des conditions et précautions à prendre lors de la pratique.
- Déroulement de la Prise en Charge : Approche bienveillante dans la gestion des séances.
- Choix des Huiles : Sélection des huiles adaptées aux besoins individuels.
- Règles d'Hygiène et de Sécurité : Pratiques à suivre pour assurer la sécurité et le bien-être des clients.
- Accueil Clientèle : Méthodes pour établir une relation positive avec les clients.
- Questionnaire sur la Théorie : Évaluation des connaissances théoriques acquises.

4. Enseignement Pratique :

- Mouvements et Gestes : Apprentissage des techniques de massage ayurvédique/Bol Kansu, incluant effleurages, pressions, mouvements circulaires, lissages, essorages et pétrissages.
- Démonstration : Le formateur réalise une démonstration complète sur un modèle.
- Techniques sur la Face Postérieure : Pratique des techniques sur le dos et la face postérieure du corps.
- Assimilation en Binôme : Les stagiaires travaillent en binômes pour pratiquer le protocole, suivi d'un débriefing.

Jour 2 : Révision et Pratique Avancée

1. Révision des Techniques :

- Changement de Binôme : Les stagiaires changent de binôme pour diversifier les pratiques.
- Révision des Techniques : Pratique des techniques apprises le jour précédent, avec une attention particulière à l'ergonomie et aux ajustements nécessaires.
- Techniques sur la Face Antérieure : Apprentissage des techniques appliquées à la face antérieure du corps.

2. Échange et Discussion :

- Échange entre Apprenants et Formateur : Temps pour poser des questions, partager des expériences et recevoir des retours sur la pratique.

Jour 3 : Perfectionnement et Évaluation

1. Révision et Ajustements :

- Changement de Binôme : Nouvelle rotation des binômes pour une expérience diversifiée.
- Acquisition du Protocole : Révision approfondie du protocole et ajustement des techniques selon les besoins et la morphologie des personnes.

2. Évaluation des Acquis :

- Évaluation Pratique : Chaque participant donne et reçoit une séance de massage ayurvédique au bol Kansu, sous la supervision du formateur.
- Retour sur la Pratique : Évaluation de la maîtrise des techniques et ajustements nécessaires.

3. Conclusion de la Formation :

- Rappel du Déroulé : Synthèse des points clés abordés durant la formation.
- Conclusion et Échange : Discussion dynamique entre le formateur et les stagiaires pour revenir sur les objectifs de la formation, partager les impressions et clôturer la session.



FORMATION MASSAGE SHIROTCHAMPI SUR 2 JOURS: 14H00

Le massage Shirotchampi est une technique traditionnelle indienne qui se concentre principalement sur le haut du corps pour soulager les tensions accumulées et favoriser un profond lâcher-prise. Voici une description détaillée de ce massage :

Massage Shirotchampi : Description

1. Origine et Signification :

- **Étymologie** : Le terme "Shirotchampi" est dérivé
- de deux mots sanskrits : "Shiro", signifiant "tête",
- et "Champi", signifiant "massage". Ce massage est
- également à l'origine du mot "shampooing", qui a été
- adapté pour désigner le nettoyage des cheveux dans de
- nombreuses cultures.
- **Tradition** : Cette technique fait partie de l'Ayurveda, la médecine
- traditionnelle indienne, et est réputée pour ses bienfaits relaxants et équilibrants.
-

2. Objectifs et Bienfaits :

- **Soulagement des Tensions** : Le massage Shirotchampi cible les zones où les tensions s'accumulent souvent, telles que les épaules, le cou et la tête, contribuant à un profond relâchement du stress.
- **Lâcher-Prise Mental** : En travaillant sur ces zones spécifiques, le massage facilite le lâcher-prise mental, aidant à réduire les pensées agitées et à induire une sensation de calme et de sérénité.
- **Réduction de la Fatigue** : Il aide également à réduire la fatigue physique et mentale en stimulant la circulation sanguine et en apaisant les muscles tendus.
-

3. Techniques Utilisées :

- **Lissages** : Mouvements doux et glissants effectués avec les paumes des mains pour réchauffer les muscles et améliorer la circulation sanguine.
- **Friction** : Technique consistant à frotter doucement les zones de tension pour détendre les muscles et libérer les toxines.
- **Pétrissages** : Manipulation des muscles en les saisissant et en les malaxant pour relâcher les nœuds et améliorer la flexibilité.
- **Percussions** : Tapotements légers appliqués sur les muscles pour stimuler la circulation sanguine et réduire la rigidité.
-

4. Déroulement de la Séance :

- **Zone de Pratique** : Le massage se concentre sur le haut du corps, en particulier les épaules, le cou et la tête. Ces zones sont souvent le siège des tensions dues au stress quotidien et à une mauvaise posture.
- **Position du Client** : Généralement effectué en position assise, le client est souvent soutenu par un coussin ou une chaise confortable qui permet un accès facile au haut du corps.
- **Application des Techniques** : Le praticien alterne entre les différentes manœuvres, en ajustant la pression et l'intensité selon les besoins individuels du client.
-

5. Expérience et Sensations :

- **Harmonie entre Fermeté et Douceur** : Le massage allie fermeté et douceur pour un effet à la fois énergisant et apaisant.
- **Effet Relaxant** : Les techniques appliquées favorisent un profond sentiment de
- relaxation et de bien-être, tant au niveau physique que mental.

En résumé, le massage Shirotchampi est une méthode efficace pour libérer les tensions du haut du corps et induire un état de relaxation profonde. En mettant l'accent sur les épaules, le cou et la tête, ce massage traditionnel indien offre une expérience revitalisante qui aide à équilibrer le corps et l'esprit.





CONTENU DE LA FORMATION MASSAGE SHIROTCHAMPI

Jour 1 : Introduction et Enseignement Théorique

1.Accueil des Stagiaires :

- Petit-Déjeuner Accueillant : Accueil sous forme de petit-déjeuner avec café/thé pour créer une atmosphère conviviale et détendue.
- Présentation du Formateur : Introduction du formateur avec présentation de son expérience et de ses qualifications dans le domaine du massage.
- Présentation Individuelle des Apprenants : Chaque stagiaire se présente, permettant d'établir une bonne dynamique de groupe.

2.Enseignement Théorique :

- Généralités sur le Massage Shirotchampi : Introduction à l'origine et à l'histoire du massage ayurvédique Shirotchampi, incluant son contexte traditionnel et son évolution.
- Bienfaits du Massage : Discussion sur les effets positifs du massage Shirotchampi, tels que le soulagement des tensions, l'amélioration de la circulation sanguine, et le lâcher-prise mental.
- Recommandations et Contre-Indications : Présentation des précautions à prendre et des conditions à éviter pour garantir une pratique sûre et efficace.
- Anatomie du Haut du Corps : Étude des structures anatomiques pertinentes, y compris le dos, les membres supérieurs et la tête, pour une compréhension approfondie des zones traitées.
- Utilisation des Huiles : Sélection et application des huiles adaptées aux besoins individuels et aux spécificités du massage Shirotchampi.
- Différentes Techniques Utilisées : Introduction aux techniques spécifiques employées dans le massage, telles que les effleurages, pétrissages, frictions, et autres.

3.Enseignement Pratique :

- Démonstration par le Formateur : Instruction détaillée et démonstration du massage Shirotchampi sur un modèle, couvrant les techniques suivantes :
 - Prise de Contact : Introduction douce et respectueuse au massage.
 - Effleurages : Mouvements légers pour préparer les muscles.
 - Lissages : Techniques de glissement pour améliorer la circulation.
 - Mobilisation des Épaules : Techniques spécifiques pour relâcher les tensions.
 - Pressions : Application de pressions ciblées pour dénouer les nœuds musculaires.
 - Pétrissages : Manipulation des muscles pour améliorer la flexibilité.
 - Fricitions : Frotter les muscles pour relâcher les tensions.
 - Étirements : Techniques pour assouplir les muscles.
 - Rotations : Mouvements circulaires pour détendre les articulations.
 - Pincements : Techniques pour stimuler la circulation.
- Pratique sur Modèle : Les stagiaires apprennent et pratiquent les techniques sur un modèle, avec des ajustements en temps réel par le formateur.

Jour 2 : Révision et Perfectionnement

1.Révision du Protocole :

- Revue Complète : Révision intégrale du protocole de massage pour corriger les éventuelles erreurs et s'assurer de la maîtrise des gestes.
- Ajustement des Gestes : Correction des postures et des techniques des stagiaires pour assurer une application correcte.

2.Changement de Binômes :

- Révision en Binôme : Changement de binôme pour une pratique variée. Révision des manœuvres en intégrant l'ergonomie, le respect de l'intimité et la sécurité.
- Validation des Savoirs : Mise en situation professionnelle pour valider les compétences acquises.

3.Évaluation des Acquis :

- Évaluation Pratique : Chaque participant doit donner et recevoir un massage complet,
- avec évaluation par le formateur.
- Feedback : Réception de retours constructifs pour améliorer la pratique.

4.Clôture de la Formation :

- Rappel du Déroulé : Résumé des points clés de la formation.
- Conclusion : Discussion finale sur les objectifs atteints, échange dynamique entre le formateur et les stagiaires pour partager les expériences et les impressions.



FORMATION MASSAGE AMMA DÉTENTE ET ANTI STRESS SUR 2 JOURS:14H00

Description du Massage Amma Assis

Le Massage Amma Assis est une technique de massage thérapeutique pratiquée sur une chaise ergonomique, utilisant des manœuvres variées pour apporter à la fois relaxation et dynamisme.

Voici une description détaillée de cette pratique :

1. Origine et Signification :

- Étymologie : "Amma" signifie "massage" en japonais et est dérivé du mot chinois signifiant "calmer avec les mains".
- Cette technique de massage est fondée sur les principes de l'acupression, une méthode ancienne utilisée pour équilibrer les énergies corporelles.
- Origine : Bien que le terme soit japonais, le massage Amma trouve ses racines dans les pratiques traditionnelles chinoises.

2. Objectifs et Bienfaits :

- Soulagement des Tensions : Le massage Amma Assis cible les zones où les tensions s'accumulent fréquemment, comme le dos, les bras et la tête. Il est particulièrement efficace pour libérer les muscles tendus et soulager les stress quotidiens.
- Relaxation et Dynamisme : Grâce à un mélange de techniques relaxantes et tonifiantes, il aide à induire une profonde relaxation tout en revitalisant l'énergie du corps.
- Stimulation Énergétique : En travaillant sur les points précis des méridiens, des muscles et des articulations, il favorise un équilibre énergétique global.

3. Technique de Massage :

- Manœuvres Utilisées :
 - Pressions : Application de pressions ciblées sur des points spécifiques pour dénouer les tensions et stimuler la circulation sanguine.
 - Percussions : Tapotements légers qui aident à revigorer les muscles et à améliorer la vitalité.
 - Étirements : Techniques d'étirement pour assouplir les muscles et améliorer leur flexibilité.
 - Balayages Énergétiques : Mouvements fluides qui aident à équilibrer l'énergie corporelle et à favoriser la détente.
- Zones de Travail :
 - Dos : Traitement des muscles du dos pour soulager les tensions accumulées.
 - Bras : Travail sur les bras pour dénouer les nœuds musculaires et améliorer la circulation.
 - Tête : Techniques spécifiques appliquées à la tête pour favoriser la relaxation mentale et réduire le stress.

4. Déroulement de la Séance :

- Position du Receveur : Le massage se réalise sur une chaise ergonomique spécialement conçue pour offrir confort et soutien. Le receveur est assis avec la tête reposant sur une tête, les genoux posés sur un support et les bras placés sur des appuis.
- Protocole : Le praticien suit un protocole structuré, en utilisant des techniques adaptées aux méridiens, aux muscles et aux articulations. Le massage se concentre sur les points précis pour maximiser les bienfaits thérapeutiques.

5. Expérience et Sensations :

- Harmonie des Techniques : Le massage Amma Assis combine douceur et fermeté pour un effet relaxant tout en stimulant l'énergie du corps.
- Confort et Accessibilité : Grâce à la chaise ergonomique, le massage peut être réalisé dans des environnements variés, comme des bureaux ou des espaces publics, offrant ainsi un confort optimal pour le receveur.

Cette formation est conçue pour fournir aux participants une compréhension approfondie du massage Amma Assis, à la fois sur le plan théorique et pratique, et pour garantir qu'ils acquièrent les compétences nécessaires pour offrir des massages efficaces et bénéfiques.





CONTENU DE LA FORMATION HEAD SPA



FORMATION SOIN SIGNATURE HEAD SPA



Rituel Head Spa Éclat & Détente

Offrez-vous une parenthèse hors du temps avec le Head Spa, un soin japonais réinventé qui associe beauté capillaire, éclat du visage et détente profonde.

✨ Le rituel commence par un massage de la nuque, des trapèzes et des cervicales pour libérer les tensions accumulées et inviter le corps au lâcher-prise.

- 💧 Un gommage du cuir chevelu puis un shampooing relaxant sont réalisés avec des gestes précis, mêlant pressions et effleurages. Le cuir chevelu est oxygéné, les cheveux purifiés et revitalisés.
- 🌿 Un masque capillaire nourrissant est appliqué et posé sous serviette chaude, pendant que je pratique un massage des mains ou du visage.

- 🌸 Vient ensuite la magie du soin visage :
 - un drainage lymphatique facial tout en douceur pour détoxifier, alléger et illuminer le teint,
 - des manœuvres liftantes naturelles inspirées du massage japonais pour redessiner les traits et lisser les tensions.
- 🙋♀ La séance se conclut par une réflexologie faciale ciblée, qui relance l'énergie vitale, et une application d'huile ou de sérum capillaire pour sublimer vos cheveux.

- 🌸 Les bienfaits du Rituel Head Spa
 - ✓ Libère les tensions du cuir chevelu, de la nuque et des trapèzes.
 - ✓ Détoxifie et illumine le visage grâce au drainage lymphatique.
 - ✓ Apporte un effet liftant naturel et redonne fermeté aux tissus.
 - ✓ Nourrit et revitalise les cheveux en profondeur.
 - ✓ Offre une profonde relaxation et une sensation de légèreté globale.

💎 Un soin complet, à la croisée de la beauté et du bien-être, qui révèle l'éclat du visage, la vitalité des cheveux et la sérénité intérieure.

CONTENU DE LA FORMATION

SOIN SIGNATURE HEAD SPA

Objectif de la formation

Former des praticiens capables de réaliser un rituel Head Spa complet, combinant soins du cuir chevelu et des cheveux, massage nuque-épaules, réflexologie faciale et drainage visage.

JUL 2025

17

Jour 1 – Bases & Fondamentaux du Head Spa

Matin

- Accueil et présentation de la formation.
- Origines et philosophie du Head Spa (approche japonaise).
- Théorie : anatomie du cuir chevelu, circulation sanguine et lymphatique, zones réflexes faciales.
- Bienfaits attendus : relaxation, vitalité capillaire, éclat du teint.

Après-midi

- Techniques préparatoires :
 - massage nuque & trapèzes,
 - mobilisations de la tête,
 - premiers gestes de détente du cuir chevelu.
- Pratique en binômes.

Jour 2 – Soins Capillaires & Techniques Spécifiques

Matin

- Théorie : hygiène capillaire, types de cheveux, principes de la phyto-cosmétique.
- Apprentissage des techniques spécifiques :
 - gommage du cuir chevelu,
 - shampooing relaxant avec massage,
 - application de masques et soins nourrissants.

Après-midi

- Massage complet du cuir chevelu : pétrissages, pressions, mobilisations.
- Initiation à la réflexologie faciale (cartographie + points clés).
- Mise en pratique guidée : gommage + shampooing + masque + réflexologie visage.

Jour 3 – Protocole Complet & Certification

Matin

- Théorie : rôle du drainage lymphatique facial et bénéfices sur la peau.
- Apprentissage du drainage visage : gestes précis, trajectoires, intensité adaptée.
- Intégration des séquences :
 - massage nuque-épaules,
 - mobilisation cuir chevelu,
 - soins capillaires (gommage, shampooing, masque),
 - réflexologie visage,
 - drainage facial.

Après-midi

- Mise en pratique du protocole complet Head Spa (60 à 90 min).
- Évaluation des stagiaires (gestuelle, fluidité, enchaînement).
- Clôture :
 - bilan de la formation,
 - échanges sur les applications professionnelles,
 - remise de l'attestation « Spécialiste Head Spa ».

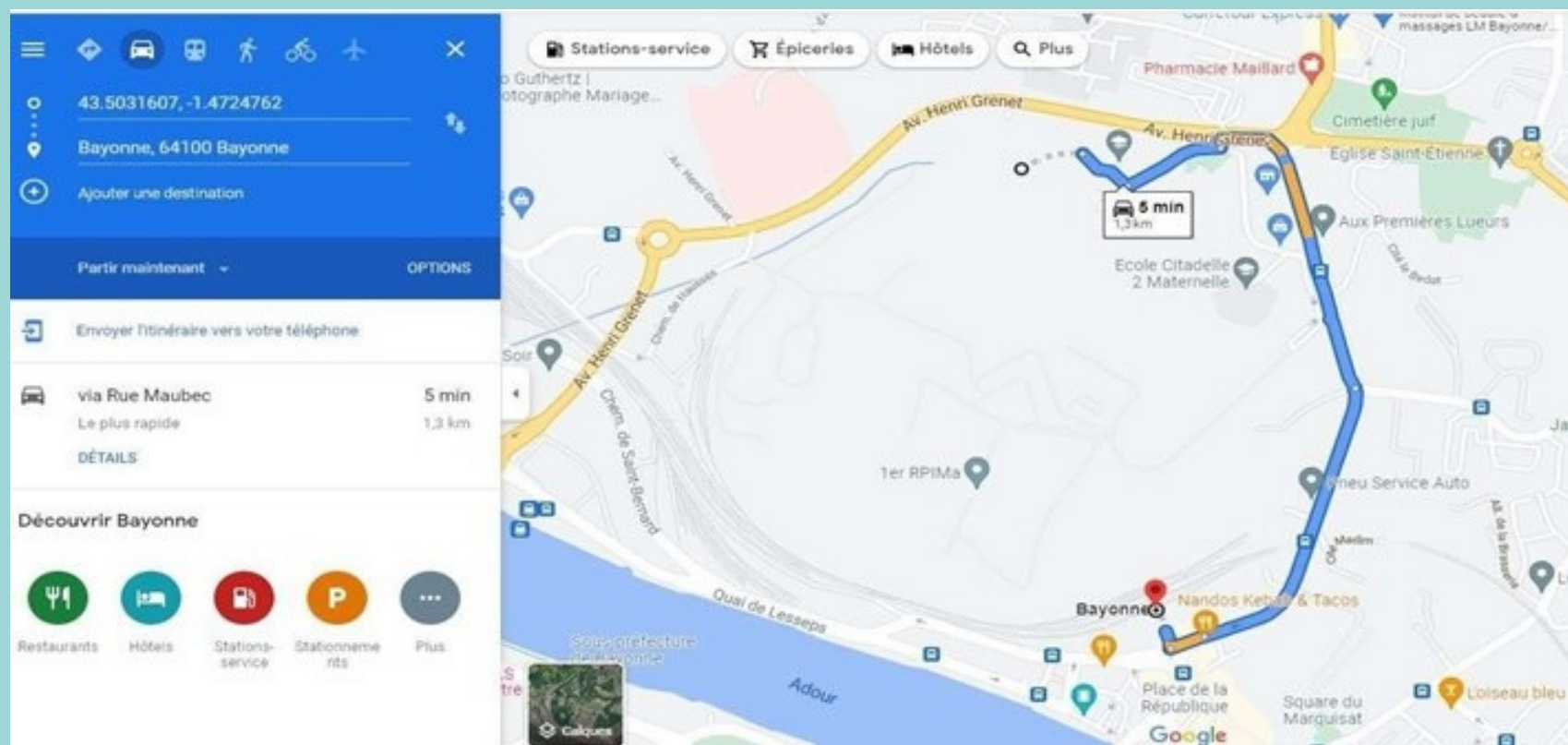
🌸 Les compétences acquises

- ✓ Réaliser un rituel Head Spa complet et professionnel.
- ✓ Adapter les soins capillaires (gommage, shampooing, masque, huile) aux besoins du client.
- ✓ Maîtriser la réflexologie faciale et le drainage visage dans une logique de bien-être et d'esthétique.
- ✓ Proposer un soin unique alliant détente profonde, beauté capillaire et éclat du visage.



Situation géographique et accès

Destination



Moyens logistiques

Hotel

SI VOUS CHERCHEZ UN HÉBERGEMENT POUR VOS FORMATIONS, PLUSIEURS SOLUTIONS S'OFFRENT À VOUS : SUR LE SITE DE AIRBNB : TROUVEZ D'AUTRES LOGEMENTS DE PARTICULIERS À PARTIR DE 35€ / NUIT : [HTTPS://WWW.AIRBNB.FR](https://www.airbnb.fr) DANS UN HÔTEL PROCHE DU CENTRE DE FORMATION : NOUS VOUS INVITONS À PRENDRE CONTACT DIRECTEMENT AVEC LES HÔTELS.

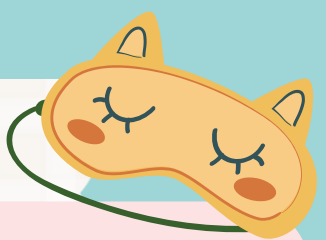
Transport:

TRAIN : GARE LA PLUS PROCHE À 5 MN EN VOITURE, DU CENTRE DE SUR BAYONNE

TRAM BUS : À 2 MN À PIED DU CENTRE DE FORMATION SUR BAYONNE

VOITURE : ACCÈS AUTOROUTE À 5 MN DU CENTRE SUR BAYONNE

Restauration



RESTAURANTS : NOUS RAPPELONS AUX STAGIAIRES QUE LES FRAIS DE RESTAURATION NE SONT PAS PRIS EN CHARGE PAR L'ORGANISME DE FORMATION ET QU'ILS SONT À PRÉVOIR EN SUS DU COÛT DE LA FORMATION.

Places pour les véhicules

PARKING: DE NOMBREUSES PLACES DE PARKING POUR SE GARER. LE STATIONNEMENT SUR CES PLACES EST GRATUIT.



Equipe pedagogique



- CONTACT RÉFÉRENT LYNDA MAINARD : DIRECTRICE DE L'ORGANISME, RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE COORDONNÉES
MAIL : LM.BIENETRE.FORMEE@GMAIL.COM
COORDONNÉES TÉLÉPHONIQUES : 0659057979

LE CENTRE DISPOSE D'UN RÉFÉRENT HANDICAP, EN LA PERSONNE DE LYNDA MAINARD, QUI PEUT ÊTRE CONSULTÉE À LA DEMANDE AU 0659057979 ET LM.BIENETRE.FORMEE@GMAIL.COM

intervenant

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE DIRECTION / ADMINISTRATION : MAINARD
LYNDA REFERENTE ADMINISTRATIVE - SUIVI DES FORMATEURS ET
DES ELEVES - RESPONSABLE DES INTERVENANTS -
MASSOTHERAPEUTE - ESTHÉTICIENNE -AIDE SOIGNANTE-
RÉFLEXOLOGUE INTERVENANTE EN MASSAGES ET BILANS
INTERVENANTS EXTÉRIEURS :

intervenant extérieur

CHATARD ERIKA
PRATICIENNE DE BIEN-ETRE - MASSAGES:
CALIFORNIEN - - AYURVEDIQUE-
PÉRINATALITÉ SHIROTCHAMPI, AMMA
ASSIS

CETTE LISTE N'EST NI CONTRACTUELLE NI EXHAUSTIVE, LA SOCIÉTÉ LM BIEN-ÊTRE FORMÉE SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER OU D'AJOUTER DES PROFESSEURS OU DES INTERVENANTS EN FONCTION DES COMPÉTENCES ET DES DISPONIBILITÉS DE CHACUN.

LA CV-THÈQUE DES INTERVENANTS, ACCESSIBLE SUR LE SITE INTERNET, PERMET DE CONSULTER LES PARCOURS PROFESSIONNELS, LES EXPERTISES ET LES QUALIFICATIONS DES FORMATEURS.

CELA OFFRE UNE TRANSPARENCE SUR LA DIVERSITÉ ET LE NIVEAU D'EXPÉRIENCE DES PROFESSIONNELS INTERVENANT AU SEIN DE NOS FORMATIONS.

LES FORMATIONS SONT FONDÉES SUR LA RECHERCHE DE L'ÉQUILIBRE ET DE LA SANTÉ DE L'ÊTRE HUMAIN, EN S'APPUYANT SUR UN ENSEMBLE D'OUTILS SIMPLES ET ACCESSIBLES À TOUS. L'OBJECTIF EST QUE NOS STAGIAIRES MAÎTRISENT RAPIDEMENT CES TECHNIQUES ET PUISSENT LES METTRE EN PRATIQUE DÈS QUE POSSIBLE.

LES PROFESSIONNELS INTERVIENNENT AUSSI BIEN AU CENTRE QU'EN ENTREPRISE, OÙ ILS PROPOSENT DES MÉTHODES DE PRÉVENTION DU BURNOUT ET DE GESTION DU STRESS EN MILIEU PROFESSIONNEL. CES APPROCHES VISENT À AMÉLIORER LE BIEN-ÊTRE DES INDIVIDUS ET À FAVORISER UN ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL PLUS SEREIN ET ÉQUILIBRÉ.



Règlement Intérieur

Mise à jour le 18/01/26

Etabli conformément aux articles L6352-3 et L6352-4 et R6352-1 à R6352-15 du code du travail

SECTION I : PRÉAMBULE

Article 1 : Objet et champ d'application

Le présent règlement a pour objet de favoriser le bon fonctionnement du centre de formation. Il définit les règles d'hygiène et de sécurité, les règles générales relatives à la discipline, la nature et l'échelle des sanctions, ainsi que les garanties procédurales applicables lorsqu'une sanction est envisagée. Les dispositions s'appliquent à tous les stagiaires participant à une action de formation organisée par LM Bien-être Formée, quelle que soit leur appartenance et la modalité de formation. Chaque stagiaire doit respecter les termes du présent règlement durant toute la durée de l'action de formation.

SECTION II : RÈGLES D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ

Article 2 : Principes généraux Les stagiaires doivent respecter les règles élémentaires d'hygiène corporelle et vestimentaire. Tout comportement portant atteinte au bon déroulement des cours, à la sécurité des stagiaires ou à la moralité peut entraîner une sanction pouvant aller jusqu'à l'exclusion immédiate. Les consignes de sécurité, et notamment celles liées à l'usage du matériel mis à disposition, s'imposent à tous. Chaque stagiaire veille à sa sécurité et à celle des autres en respectant les consignes générales et particulières en matière d'hygiène et de sécurité. En cas de dysfonctionnement d'un équipement ou du dispositif de sécurité, le stagiaire doit en avertir immédiatement la direction de l'organisme de formation. Toute utilisation abusive ou détérioration volontaire de matériel sera considérée comme une faute grave.

Article 3 : Consignes d'incendie

Les consignes d'incendie, le plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichés dans les locaux. Le stagiaire doit en prendre connaissance. En cas d'alerte, le stagiaire doit cesser son activité de formation et suivre dans le calme les instructions de LM Bien-être Formée ou des services de secours. Tout stagiaire témoin d'un début d'incendie doit immédiatement en avertir **Lynda Mainard** au **06 59 05 79 79**, et si besoin composer le **18** ou le **112**.

Article 4 : Boissons alcoolisées et substances illicites

Il est interdit d'introduire ou de consommer au sein de l'organisme de formation de l'alcool ou toute substance illicite. Il est interdit de fumer et de vapoter à l'intérieur des bâtiments.

Article 5 : Responsabilités – effets personnels et matériel des stagiaires

Les véhicules des stagiaires devront être stationnés suivant les directives du centre de formation. Chaque stagiaire est **seul responsable** de ses effets personnels et de son matériel (sac, téléphone, ordinateur, accessoires, matériel professionnel, etc.) présents dans le centre. **LM Bien-être Formée décline toute responsabilité en cas de perte, de vol, de détérioration ou de disparition** d'effets personnels ou de matériel appartenant aux stagiaires, y compris dans les espaces communs. Il est recommandé de ne pas apporter d'objets de valeur et de garder ses effets personnels sous surveillance. L'envoi d'un objet oublié est à la charge du stagiaire

Article 10 : Utilisation du matériel

L'usage du matériel de formation est exclusivement réservé aux lieux de formation. Toute utilisation à des fins personnelles est strictement interdite. Le stagiaire informe l'organisme ou formateur de toute anomalie.

Article 11 : Absences, retards, départs anticipés

En cas d'absence ou de retard, le stagiaire doit avertir l'organisme et fournir un justificatif. Toute absence doit être justifiée (certificat médical ou justificatif valable). Conformément à l'article **R6341-45** du Code du travail, le stagiaire dont la rémunération est prise en charge par les pouvoirs publics s'expose à une retenue proportionnelle à la durée de l'absence. Les cours manqués ne sont pas reportables et ne donnent lieu à aucun dédommagement sauf cas de force majeure ou impossibilité d'assurer la sécurité.

SECTION IV : SANCTIONS ET PROCÉDURE DISCIPLINAIRE

Article 12 : Sanctions

Échelle des sanctions : avertissement oral ou écrit ; exclusion temporaire ; exclusion définitive en cas de faute grave. Aucune sanction ne peut être infligée sans que le stagiaire ait été informé des griefs retenus contre lui (art. R6352-4).

Article 13 : Convocation et entretien

Le directeur ou son représentant convoque le stagiaire en précisant l'objet, la date, l'heure et le lieu de l'entretien. Lors de l'entretien, il précise le motif de la sanction envisagée et recueille les explications du stagiaire. Le stagiaire peut se faire assister par une personne de son choix (notamment délégué du stage).

Article 14 : Notification de sanction

La sanction ne peut intervenir moins d'un jour franc ni plus de quinze jours après l'entretien. Elle fait l'objet d'une décision écrite et motivée notifiée par lettre recommandée ou remise contre récépissé (art. R6352-6).

Article 15 : Mesure conservatoire

Si l'agissement rend indispensable une exclusion temporaire immédiate, aucune sanction définitive ne peut être prise sans respect de la procédure (art. R6352-7). L'employeur et/ou l'organisme financeur est informé de la sanction (art. R6352-8).

Article 16 Confidentialité – supports pédagogiques . Les supports remis au stagiaire (papier, PDF, photos, vidéos, protocoles, fiches) sont strictement réservés à un usage personnel dans le cadre de la formation. Toute reproduction, diffusion, vente, mise en ligne ou transmission à un tiers, sans autorisation écrite de LM Bien-être Formée, est interdite.



Règlement Intérieur

. SECTION III : DISCIPLINE GÉNÉRALE ET FORMALITÉS

Article 6 : Horaires Les cours se déroulent du lundi au vendredi et éventuellement le samedi. Horaires habituels : **9h – 12h / 13h – 17h** (7 heures par jour). En cas de modification du planning, les stagiaires seront prévenus à l'avance et devront s'y tenir.
Les pauses doivent s'effectuer sur le site. Pour des raisons de sécurité, il est demandé de ne pas stationner devant l'entrée principale.

Article 7 : Documents administratifs
Un état de présence est établi et signé par les stagiaires à chaque demi-journée. Le stagiaire réalise une évaluation de la formation. À l'issue de la formation, un **certificat de réalisation** est remis.
Le stagiaire peut être amené à compléter des documents administratifs pour la prise en charge/indemnisation. Le centre accompagne si besoin, mais le stagiaire reste responsable du respect des délais et de la fourniture des pièces demandées.

Article 8 : Attitude et tenue vestimentaire
Le stagiaire adopte un comportement garantissant le respect des règles de savoir-vivre, de savoir-être en collectivité et le bon déroulement de la formation.
L'usage du téléphone portable est interdit pendant les cours pour filmer, enregistrer ou prendre des photos (sauf autorisation explicite).
Le stagiaire doit se présenter avec une tenue confortable adaptée aux massages bien-être : tee-shirt, pantalon souple, chaussures d'intérieur ou chaussettes, ongles courts, cheveux attachés.

Article 9 : Accès aux locaux de formation
Sauf autorisation de LM Bien-être Formée, le stagiaire ne peut : entrer ou demeurer dans les locaux à d'autres fins que la formation, y introduire ou faciliter l'introduction de personnes étrangères, procéder à la vente de biens ou services dans les locaux.

Article 17 Droit à l'image / photos pendant la formation.
Toute prise de vue (photo/vidéo) est interdite sans accord du formateur et des personnes concernées.
Toute publication sur les réseaux sociaux doit respecter le droit à l'image des stagiaires et l'image de l'organisme.

Article 18 Accident / incident. Tout accident survenu pendant la formation ou sur le trajet domicile–lieu de formation doit être signalé immédiatement à l'organisme de formation.

Article 19 : Dispositions finales
La direction du centre se tient à disposition pour toute information nécessaire. Elle se réserve le droit d'apporter des avenants au présent règlement.

Fait à Bayonne, le ____ / ____ / 2026

Le stagiaire
Nom / Prénom : _____
Signature précédée de la mention « lu et approuvé »

La responsable du centre
Lynda Mainard
Signature : _____

LM Bien-être formée
Lynda MAINARD
N° 75640536664
Tél : 06 59 05 79 79
lm.bienetre.formee@gmail.com
Siret : 91333922200014



LM BIEN ETRE FORMEE 7, rue de la Porcelaine 64100 Bayonne Tél. 06/59/05/79/79
E-mail. lm.bienetre.formee@gmail.com Société par actions simplifiée (Société à associé unique) au capital de
1000 € – RCS Bayonne – SIRET 91333922200014– NAF 8532 Z
NDA 75640536664 auprès de la sous-préfecture d'Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'état



CHARTRE DÉONTOLOGIQUE – FORMATIONS

ORGANISME : LM BIEN-ÊTRE FORMÉE

VERSION : V1 – DATE : 18/01/2026

RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE : Lynda Mainard

1) OBJET DE LA CHARTE

CETTE CHARTE DÉFINIT LES RÈGLES DÉONTOLOGIQUES APPLICABLES AUX FORMATIONS EN MASSAGE BIEN-ÊTRE ET RÉFLEXOLOGIE.

ELLE A POUR OBJECTIFS DE GARANTIR :

- LA SÉCURITÉ PHYSIQUE ET ÉMOTIONNELLE DES PARTICIPANTS,
 - LE RESPECT DU CORPS, DE LA PUDEUR ET DU CONSENTEMENT,
 - UN CADRE PROFESSIONNEL CONFORME À UNE DÉMARCHE QUALITÉ (QUALIOP).
-

2) CADRE DE PRATIQUE : NON MÉDICAL

LES TECHNIQUES ENSEIGNÉES RELÈVENT DU BIEN-ÊTRE ET DE L'ACCOMPAGNEMENT AU CONFORT.

DANS LE CADRE DE LA FORMATION :

- AUCUN DIAGNOSTIC MÉDICAL N'EST RÉALISÉ,
- AUCUNE PRESCRIPTION N'EST FAITE,
- AUCUNE PROMESSE DE GUÉRISON OU DE RÉSULTAT N'EST ANNONCÉE,
- LES STAGIAIRES SONT ENCOURAGÉS À ORIENTER VERS UN PROFESSIONNEL DE SANTÉ EN CAS DE DOUTE.

LES CONTENUS DE FORMATION NE REMPLACENT PAS UNE PRISE EN CHARGE MÉDICALE.

3) RESPECT DU CONSENTEMENT : RÈGLE PRIORITAIRE

LE CONSENTEMENT EST OBLIGATOIRE, PERMANENT ET RÉVERSIBLE.

PENDANT LES MISES EN PRATIQUE :

- CHAQUE STAGIAIRE DEMANDE L'ACCORD DU MODÈLE AVANT DE COMMENCER,
- LE MODÈLE PEUT REFUSER UNE ZONE, UNE PRESSION, UNE TECHNIQUE,
- LE MODÈLE PEUT ARRÊTER IMMÉDIATEMENT LA PRATIQUE, SANS JUSTIFICATION,
- LE PRATICIEN / STAGIAIRE S'ENGAGE À STOPPER IMMÉDIATEMENT À LA MOINDRE DEMANDE.

AUCUN STAGIAIRE NE PEUT ÊTRE CONTRAINT :

- À SERVIR DE MODÈLE,
 - À PRATIQUER UNE MANŒUVRE AVEC LAQUELLE IL N'EST PAS À L'AISE.
-

4) RESPECT DE LA PUDEUR ET DE L'INTIMITÉ

LE RESPECT DU CORPS EST NON NÉGOCIABLE.

LES PRATIQUES SE DÉROULENT AVEC :

- DRAPAGE OBLIGATOIRE (SERVIETTE / COUVERTURE),
- TENUE ADAPTÉE ET PROFESSIONNELLE,
- ZONES INTIMES STRICTEMENT EXCLUES,
- GESTES EXÉCUTÉS UNIQUEMENT DANS LE CADRE ENSEIGNÉ ET VALIDÉ PAR LE FORMATEUR.

TOUT COMPORTEMENT OU PROPOS DÉPLACÉ EST INTERDIT.

5) POSTURE PROFESSIONNELLE ET RESPECT MUTUEL

CHAQUE STAGIAIRE S'ENGAGE À :

- ADOPTER UNE ATTITUDE RESPECTUEUSE ET BIENVEILLANTE,
 - ÉVITER TOUT JUGEMENT, CRITIQUE OU COMMENTAIRE SUR LE CORPS D'AUTRUI,
 - MAINTENIR UNE DISTANCE PROFESSIONNELLE ADAPTÉE,
 - COMMUNIQUER AVEC CALME ET RESPECT PENDANT LES PRATIQUES.
-

6) CONFIDENTIALITÉ EN FORMATION

TOUT ÉCHANGE OU INFORMATION PERSONNELLE PARTAGÉE DANS LE CADRE :

- DES PRATIQUES,
- DES RETOURS D'EXPÉRIENCE,
- DES SITUATIONS PARTICULIÈRES (FATIGUE, ÉMOTION, PARCOURS),

EST STRICTEMENT CONFIDENTIEL.

AUCUNE INFORMATION NE DOIT ÊTRE DIFFUSÉE À L'EXTÉRIEUR DU GROUPE.

7) HYGIÈNE ET SÉCURITÉ : RÈGLES OBLIGATOIRES

POUR GARANTIR UN APPRENTISSAGE SAIN ET SÉCURISÉ, LES STAGIAIRES RESPECTENT :

HYGIÈNE

- LAVAGE DES MAINS AVANT / APRÈS PRATIQUE,
- ONGLES COURTS, TENUE PROPRE,
- LINGE PROPRE POUR CHAQUE MODÈLE,
- DÉSINFECTION DU MATÉRIEL ET DE LA TABLE ENTRE DEUX PRATIQUES.

SÉCURITÉ

- ADAPTATION DE LA PRESSION ET DES GESTES,
- ARRÊT IMMÉDIAT EN CAS DE DOULEUR, MALAISE OU INCONFORT,
- RESPECT DES LIMITES CORPORELLES DU MODÈLE.

EN CAS DE DOUTE SUR L'ÉTAT DU MODÈLE, LA PRATIQUE EST ADAPTÉE OU REPORTÉE.

8) INTERDICTIONS STRICTES

SONT STRICTEMENT INTERDITS DANS LE CADRE DE LA FORMATION :

- TOUTE PRATIQUE À CONNOTATION SEXUELLE OU AMBIGUË,
- TOUT ABUS DE POSITION (POUVOIR, INFLUENCE, MANIPULATION),
- TOUTE VIOLENCE VERBALE, PRESSION PSYCHOLOGIQUE, HUMILIATION,
- TOUT GESTE BRUTAL OU DANGEREUX,
- TOUT ACTE OU TECHNIQUE NON ENSEIGNÉ(E) PENDANT LA FORMATION,
- TOUTE UTILISATION D'UN VOCABULAIRE MÉDICAL INADAPTÉ ("JE SOIGNE", "JE GUÉRIS", ETC.).

9) RÔLE DU FORMATEUR ET CADRE PÉDAGOGIQUE

LE FORMATEUR VEILLE À :

- LA SÉCURITÉ DES STAGIAIRES ET DES MODÈLES,
- L'ENCADREMENT DES PRATIQUES,
- L'APPLICATION DU CADRE DÉONTOLOGIQUE,
- L'ARRÊT IMMÉDIAT D'UNE PRATIQUE SI NÉCESSAIRE,
- L'ADAPTATION PÉDAGOGIQUE EN CAS DE BESOIN.

LE FORMATEUR PEUT IMPOSER UN ARRÊT TEMPORAIRE D'EXERCICE OU UNE REPRISE GUIDÉE.

10) MANQUEMENT À LA CHARTE

TOUT MANQUEMENT AUX RÈGLES DE :

- CONSENTEMENT,
- RESPECT DE LA PUDEUR,
- SÉCURITÉ,
- COMPORTEMENT,

PEUT ENTRAÎNER :

- UN RAPPEL IMMÉDIAT DES RÈGLES,
- L'ARRÊT DES MISES EN PRATIQUE,
- UNE PROCÉDURE INTERNE,
- UNE EXCLUSION EN CAS DE FAUTE GRAVE, CONFORMÉMENT AU RÈGLEMENT INTÉRIEUR.

11) ENGAGEMENT

CETTE CHARTE S'APPLIQUE PENDANT TOUTE LA DURÉE DE LA FORMATION, Y COMPRIS :

- DANS LES LOCAUX,
- LORS DES MISES EN SITUATION,

LORS DES ÉCHANGES COLLECTIFS.

Tampon et signature du responsable

LM Bien-être formée
Lynda MAINARD
N° 75640536664
Tél : 06 59 05 79 79
lm.bienetre.formee@gmail.com
Siret : 91333922200014



LM BIEN ETRE FORMEE 7, rue de la Porcelaine 64100 Bayonne Tél. 06/59/05/79/79

E-mail: lm.bienetre.formee@gmail.com

Société par actions simplifiée (Société à associé unique) au capital de 1000 € –

RCS Bayonne – SIRET 91333922200014– NAF 8532 Z NDA 75640536664 auprès de la sous-préfecture d'Aquitaine. Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'état