



DURÉE :

12 MOIS - E-LEARNING 5 MODULES
PRÉSENTIEL SUR 10 JOURNÉES
4 VISIOS CONFÉRENCES
 À GREOUX LES BAINS - HAUTE PROVENCE

◆ Formation à distance accessible sur plateforme e-learning à tout moment de l'année

◆ Accompagnement, et/ou collectif par visio-conférence - supervision individualisée

◆ Stages en présentiel :

- Les relaxations et sophro-relaxations
- Auto-massage—et Massage Assis

◆ Evaluations :

connaissances générales + accompagnement de 2 personnes sur une technique de bien être à formaliser en un mémoire d'une trentaine de pages

VALIDATION : Certification professionnelle Animateur bien-être et Relaxations

TARIF

FORMATION COMPLETE : 1 950 €
 (5 MODULES + 4 VISIOS + 10 JOURS PRESENTIEL)

MODALITES DE REGLEMENT

PAIEMENT COMPTANT : chèque ou virement
 Règlement en 10 fois = 10 chèques de 195 €

MODULE A L'UNITE :

390 € (MODULES 1—2)
 660 € (MODULE 3)

OPTIONNEL A DISTANCE OU EN PRESENTIEL

- ↗ CONSEILLER EN FLEUR DE BACH
- ↗ EFT
- ↗ LE JEÛNE
- ↗ AROMATHERAPIE
- ↗ ANATOMIE PREPARATOIRE AUX MBE

DÉVELOPPEZ VOS COMPÉTENCES , CONSTRUISEZ VOTRE AVENIR !

Pour un travail en indépendant ou salarié, en complément de votre activité ou en reconversion professionnelle.

A l'issue de la formation vous serez capable de :

- Acquérir des outils d'animation associés aux techniques de bien-être, relaxation, coaching,, gestion du stress
- Conduire un entretien coaching, anamnèse,
- Adapter votre prestation à un public individuel ou collectif
- Animer une séance de relaxation et d'auto-massage
- Pratiquer un protocole de massage assis

E-learning et présentiel à partir de novembre 2020

Module 1 : Animation & Coaching- La conduite d'un entretien E-learning + 2 visio-conférence

Rôle et posture de l'animateur

La conduite d'un entretien— l'anamnèse

La boîte à outils et les étapes d'un accompagnement

Les fondamentaux de la communication et la CNV

Module 2 : LA GESTIONS DU STRESS

E-learning + 1 visio-conférence

Le stress : définition - physiologie - causes et mécanismes du stress

Savoir anticiper un facteur de stress—programme « ma vie sans stress »

Module 3 : RELAXATION ET SOPHRO-RELAXATION

E-learning + présentiel 2 X 3 journées

Historique—indications et contre-indication— le processus de la relaxation—les étapes d'une sophro-relaxation - l'anamnèse—le langage et le terpnos logos - Protocoles de relaxations - la posture de relaxologue déontologie et cadre d'application

En présentiel : ▪ Les Relaxations et sophro-relaxation : pratique et animation d'une séance

Module 4 : LA COMMUNICATION COMMERCIALE

E-learning + 1 visio conférence

Développement commercial des activités de détente et de bien-être

Relation clientèle et communication commerciale

Promotion d'un point de vente et vente de prestations

Module 5 : LES MASSAGES DE BIEN ETRE

E-learning + présentiel 2 x 2 Journées

Les grands principes - Indications et contre indications

Les différentes techniques - législation

En présentiel : Do in et auto massage - Le massage assis

Présentiel optionnel : fleurs de bach - le jeûne - la réflexologie plantaire - massage de la femme enceinte - deep tissue sportif