



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

DURÉE :

12 MOIS - E-LEARNING 4 MODULES

(ENVIRON 175H)

PRÉSENTIEL SUR 11 JOURNÉES

2 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—Massage Assis / Massage Tête/mains/pieds

◆ Evaluations par module :

Auto-évaluations - mise en situation sur la pratique lors des présentiels

Délais d'accès : nous contacter

VALIDATION : Certification professionnelle Animateur bien-être et Relaxations

TARIF

FORMATION COMPLETE : 1 950 €

(4 MODULES + 2 VISIOS + 11 JOURS PRESENTIEL)

MODALITES DE REGLEMENT

PAIEMENT COMPTANT : chèque ou virement

Règlement en 10 fois = 10 chèques de 195 €

POSSIBILITE DE MODULE A L'UNITE :

390 € (MODULE 1)

535 € (MODULE 2)

490 € PAR MASSAGE

PROGRAMME

Module 1 : Animation & accompagnement -

La conduite d'un entretien en mode coaching

E-learning + 1 visio-conférence en début de module

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 : RELAXATION ET SOPHRO-RELAXATION

E-learning + présentiel 5 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 3 : 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 4 : LES MASSAGES DE BIEN ETRE

E-learning + présentiel 3 x 2 Journées

Les grands principes - Indications et contre indications des différents massages

Les différentes techniques - législation

En présentiel : Do in - auto massage - Massage assis - Massage Tête/mains/pieds