

## PRESENTATION FORMATION COACH BIEN-ETRE

Document mis à jour le 03/02/2022

L'organisme de formation NP Conseil et Formation a pour objectif de proposer des formations en lien avec l'amélioration de l'hygiène de vie à travers différents outils comme le massage, la relaxation, l'alimentation, les pratiques énergétiques, les plantes, etc...

**Intitulé de la Formation :** formation Coach bien-être

**Objectifs de la formation :** accompagner les stagiaires dans l'acquisition des connaissances de base du bien-être

**Compétences préparées :**

- Prendre en charge un client, analyser ses habitudes et modes de vie, évaluer les impacts sur sa santé (son équilibre de vie)
- Concevoir des programmes d'accompagnement, avec plusieurs outils (massages, sophrologie, plantes, alimentation)
- Sensibiliser le client aux principes et aux apports de la naturopathie, à travers l'hygiène de vie
- Développer une activité professionnelle, améliorer sa pratique et développer de nouvelles compétences en lien avec le métier

**Public visé :** tout public

**Accessibilité Personnes Handicapées :** toutes nos formations théoriques peuvent être accessibles aux personnes handicapées. Pour les formations pratiques (apprentissage massages), les possibilités sont à étudier en fonction du handicap. Personne référente à contacter : Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12).

**Les connaissances préalables requises :** aucune

**L'organisation et le fonctionnement de la formation :**

**3 possibilités d'apprentissage adaptés à vos besoins, à partir de 1090 € (hors frais dossier)**

**A distance sans regroupement :**

- **Durée :** estimée 120H
- **Horaires :** à votre convenance
- **Rythme :** à votre convenance
- **Organisation pédagogique :**
  - o Envoi des supports de cours au format PDF ≈ 200 pages
- **Procédure de validation des compétences\* :** examen, rapport d'expérience
- **Sanction :** attestation de formation à distance

**Frais de dossier :** 150 €

**Tarif :** 1090 € (tarif individuel) 1221 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**A distance avec regroupements :**

- **Durée :** estimée 120H
- **Horaires :** à votre convenance
- **Rythme :** à votre convenance
- **Organisation pédagogique :**

- Envoi des supports de cours au format PDF ≈ **200 pages**
- Regroupements de **18H** avec professeur en présentiel ou visio
- **Procédure de validation des compétences\*** : examen, rapport d'expérience
- **Sanction** : attestation de formation à distance

**Frais de dossier** : 150 €

**Tarif** : **1690 €** (tarif individuel) 1893 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

### En groupe :

- **Durée** : 190H (à confirmer en fonction du nombre de stagiaires)
- **Horaires** : 9 h / 16 h
- **Rythme** : en semaine, du lundi au vendredi
- **Organisation pédagogique** : formation en présentiel ou visio-conférence
- **Procédure de validation des compétences** : mise en situation \*
- **Sanction** : attestation de formation

**Frais de dossier** : 150 €

**Tarif** : **4250 €** (tarif individuel) 4760 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

### **Les moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre :**

- **Moyens pédagogiques** : cours théoriques, mises en situation, cas pratiques, méthode active et participative
- **Moyens techniques à disposition (selon matière enseignée)** : espace de formation (sauf pour la correspondance), supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens d'encadrement** : Nathalie PARAYRE, responsable de la formation et une équipe de formateurs expérimentés

### **Le dispositif de suivi et d'évaluation de la formation :**

- **Le suivi** : tout au long de la formation et ce, quelle qu'en soit la durée, les formateurs valident la compréhension et l'acquisition des connaissances de l'apprenant
- **Les attestations de présence** : attestation de présence individuelle remise au stagiaire en début de formation à signer chaque jour de présence en visioconférence
- **Les appréciations des résultats** : feuille d'évaluation fournie au stagiaire en fin de formation pour l'évaluation des cours

### **\* Procédure de validation des compétences pour la formation « Coach bien-être »**

#### **Évaluations informelles :**

Des tests de connaissances sont faits par les professeurs, de façon informelle, tout au long du cursus.

A la fin de chaque cours, les intervenants ont la possibilité d'interroger les stagiaires, de façon informelle, sur les thèmes qu'ils viennent d'aborder. Ces évaluations informelles peuvent prendre la forme de mise en situation, de quiz, de pratiques, etc...

#### **Évaluation formelle :**

A la fin du cursus, le stagiaire est soumis à une :

- Mise en situation avec un professeur

Pour recevoir le diplôme, le stagiaire doit avoir suivi la totalité de la formation et

valider la mise en situation (à savoir obtenir l'appréciation « acquis » ou « en cours d'acquisition »)

En cas de non réussite, le stagiaire peut repasser les deux épreuves jusqu'à réussite, sur une durée d'un an. Le coût de ce rattrapage est de 100€ par passage (pratique et théorie).

A la suite de la formation, le stagiaire se verra remettre une **Attestation de Formation**

Nos formations ne sont pas reconnues par l'état, nous attestons d'une formation au sein d'une école privée

## PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION COACH BIEN ETRE :

### Accueil

#### Les principes fondamentaux :

- Les principes fondamentaux de naturopathie

#### \* La relaxation mentale et travail sur nos émotions :

- Le bilan émotionnel, pour définir le rôle des émotions et leur impact sur le corps
- Le stress et les émotions fortes
- Découverte des principes de sophrologie et de pleine conscience

#### \* Les massages :

- Le toucher apaisant (personnes âgées et/ou handicapées)

#### \* Les plantes :

- Phytothérapie
- Aromathérapie
- Fleurs de Bach

#### \* L'alimentation santé « Que ton aliment soit ton premier remède » (Hippocrate)

### En option :

#### L'installation en cabinet :

- Etude de marché
- Construction du projet financier
- Choix des statuts

#### Les rapports d'expérience (en plus des heures de formation) facultatifs mais fortement conseillés :

- 30 H de pratique individuelle (minimum) avec une personne extérieure à la formation pour la mise en place des outils enseignés (rapport d'expérience à rendre)
- 30 H de travail personnel sur un rapport présentant le marché et le projet professionnel de l'élève (rapport d'expérience à rendre)

Le programme peut varier légèrement en fonction de la disponibilité des formateurs, certains cours pouvant être remplacés aux profits d'autres, sans pour autant remettre en question les compétences demandées à l'élève à la fin de sa formation.