

# PRESENTATION

## FORMATION PRATICIEN EN MASSAGES ET RELAXATION 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 Praticien en Massages et Relaxation Bien-Être

**Objectif de la formation :** accompagner les stagiaires dans l'acquisition de connaissances solides sur le massage et la relaxation, en vue d'une installation ou d'un développement de compétences.

**Compétences préparées :**

- Accueillir des clients et analyser des besoins d'accompagnements bien-être
- Sélectionner des techniques de relaxation et des protocoles de massages bien-être adaptés à la demande de personnes
- Conduire une séance, réaliser et exécuter des massages bien-être, mettre en œuvre des techniques de relaxation
- Développer une activité professionnelle de praticien bien-être, améliorer sa pratique et développer de nouvelles compétences en lien avec les techniques de bien-être

**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 3900 € (hors frais dossier)**

**A distance sans regroupement :**

- **Durée :** estimée 270H
- **Horaires :** à votre convenance
- **Rythme :** à votre convenance
- **Organisation pédagogique :**
  - o Envoi des supports de cours au format PDF ≈ **475 pages**
- **Procédure de validation des compétences\* :** examen, rapport d'expérience
- **Sanction :** attestation de formation à distance

**Frais de dossier :** 150 €

**Tarif :** 3900 € (tarif individuel) 4368 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**A distance avec regroupements :**

- **Durée :** estimée 270H
- **Horaires :** à votre convenance
- **Rythme :** à votre convenance

- **Organisation pédagogique :**
  - o Envoi des supports de cours au format PDF ≈ **475 pages**
  - o Regroupements de **30H** avec professeur en présentiel ou visio
- **Procédure de validation des compétences\*** : mise en situation
- **Sanction** : Attestation de formation à distance

**Frais de dossier** : 150 €

**Tarif** : **4900 €** (tarif individuel) 5488 € (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)

**Option** : modules massage supplémentaires à distance : **1260 €** (tarif individuel) 1411€ € (tarif entreprises, OPCO)

### **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 « Praticien en massage et relaxation de bien-être »**

#### **Évaluations informelles :**

Des tests de connaissance 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...

#### **Évaluations formelles :**

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

- Pratique d'un massage relaxant sur un professeur.

- Rapport d'expérience professionnel réalisé sur un « cobaye »  
Pour recevoir le diplôme, le stagiaire doit :
  - Avoir suivi la totalité de la formation
  - Valider la pratique du massage (à savoir obtenir l'appréciation « acquis » ou « en cours d'acquisition »)
  - Avoir réalisé son rapport en identifiant les différents massages effectués et les résultats sur le cobaye

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 PRATICIEN EN MESSAGES ET RELAXATION BIEN-ETRE COMMUN A TOUTES LES FORMES D'APPRENTISSAGES

(Cours sur « les bases de l'Anatomie », non fait en présentiel, envoyé par mail avant la formation)

### **Accueil**

#### **\* La relaxation mentale :**

- Bilan émotionnel
- Les émotions et le stress
- Découverte des principes de sophrologie

#### **\* Les massages aux huiles :**

- Arnika
- Ayurvédique
- Personnes âgées et/ou handicapées

#### **\* Les massages issus de l'Asie :**

- Massage Chi Nei Tsang ou TUI NA selon les sessions
- Réflexologie plantaire
- Amma

### **Les mises en situation :**

- Mise en situation à l'école. Possibilités de pratiques en maison de retraite, en institut pour handicapés moteurs ou mentaux quand la situation sanitaire le permet.

**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)

**Les stages :**

- Facultatifs mais conseillés quand cela est possible, auprès d'un professionnel du massage ou d'un SPA (120 H de stage)

**En option :**

**L'installation en cabinet :**

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

**MODULES SUPPLEMENTAIRES PROPOSES A DISTANCE**  
**AUX PERSONNES AYANT FAIT LE CHOIX DU**  
**PRESENTIEL :**

Ces cours sont envoyés au format PDF, accompagnés d'une vidéo

- Les bases du massage
- Californien
- Balinais
- Drainant
- Bébé
- Femme Enceinte
- Les bases de ma médecine traditionnelle chinoise

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