

## INFORMATIONS

# FORMATION SUR LES BASES DE L'ANATOMIE A DES FINS DE BIEN-ETRE

Document mis à jour le 21/02/2026 – V10

**Intitulé de la Formation :** formation sur les bases de l'anatomie à des fins de bien-être

**Objectif de la formation :** acquérir des notions de base en anatomie utiles à la pratique du massage bien-être.

Elle ne constitue en aucun cas une formation médicale, paramédicale ou à visée thérapeutique.

Les enseignements dispensés relèvent exclusivement du domaine du bien-être.

Ils ne permettent ni l'établissement de diagnostic, ni la mise en œuvre d'actes de soin, ni la prise en charge de pathologies.

Cette formation ne confère aucun titre, diplôme d'État ou autorisation d'exercer une profession de santé au sens du Code de la santé publique.

**Compétence visée :**

- Distinguer les grandes structures de la morphologie humaine

**Public visé :** professionnel du bien-être ou toute personne porteuse d'un projet professionnel bien-être

**Accessibilité Personnes Handicapées :** toutes nos formations théoriques peuvent être étudiées pour être accessibles aux personnes handicapées. Quelques soient vos difficultés (lecture, compréhension, fatigue intellectuelle ou physique, handicap moteur ou mental) nous cherchons à nous adapter pour vous proposer des modalités pédagogiques facilitant l'adaptation des parcours au besoin de chacun. Pour les formations pratiques (apprentissage massages), les possibilités sont à étudier en fonction du handicap. Nous disposons de tous nos cours au format papier, électronique, ou pour certains cours, au format vidéo. Personne référente à contacter : Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12.

**Les connaissances préalables requises :** aucune

**Prérequis techniques, pour les formations à distance :** accès à un ordinateur ou à une tablette fonctionnelle avec des logiciels à jour permettant d'écouter des fichiers multimédias et une connexion internet opérationnelle.

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

- **Personne chargée des relations avec l'apprenant :** Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12., [ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com), du lundi au vendredi de 9H à 19H (assistance technique et pédagogique)
- **Formateurs potentiels :** Nathalie Parayre, sophrologue, praticienne en massages, ou, en son absence, tout autre intervenant présentant les mêmes compétences.

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

- **Moyens pédagogiques pour le présentiel :** pratiques en duo ou trio avec d'autres apprenants, ou sur modèle, sur table ou chaise de massage, futons, méthode active et participative
- **Moyens techniques à disposition pour le présentiel :** espace de formation, tables, housses de table, fauteuil ou chaise, supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens techniques à disposition pour la formation à distance :** 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 :**

- **Avant le démarrage de la formation :**
  - o Recueil individuel des **attentes et des besoins de l'apprenant**
  - o **Évaluation des acquis en début en formation.**
- **En début de formation :**

Siret : 801 811 753 00012

Déclaration d'activité enregistré sous le numéro 73 31 07366 31 auprès du préfet de la région Occitanie

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État

[ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com)

M : +3 3 (0) 6 14 48 88 98

- Un **livret de l'apprenant** est remis à l'apprenant en début de formation et sert de support au suivi de la formation. Ce document est à tenir à jour par l'apprenant et le(s) formateur(s).
- Pour les formations en présentiel une attestation de présence individuelle est remise à l'apprenant et est à signer chaque demi-journée de présence
- **En fin de formation :**
  - **Évaluation des compétences** : elle est faite en cours et/ou en fin de formation. Le(s) formateur(s) valide(nt) la compréhension et l'acquisition des connaissances de l'apprenant. Selon la formation cette évaluation est tracée sur le livret de l'apprenant. Elle prend la forme de points pédagogiques, QCM, mises en situation, échanges continus, etc...
  - **Attestation de formation** : elle est remise en fin de parcours après validation des compétences
  - **Évaluation de satisfaction** : en fin de formation pour l'évaluation globale de satisfaction

**Modalité de règlement pour les particuliers** : en cas d'autofinancement l'apprenant s'engage à effectuer un premier versement d'un montant équivalent à **30 % du coût de la formation** au terme du délai de rétractation en vigueur noté sur le contrat (14 jours). Le paiement du solde est effectué 7 jours en suivant, ou le premier jour de la formation en cas de formation en groupe ou en individuel

**Modalité de règlement pour les entreprises** : à réception de facture

**Conditions financières prévues en cas de cessation anticipée de la formation ou d'abandon en cours de stage** : voir nos CGV

#### Modalités d'accès à la formation :

**Pour les particuliers** : les personnes souhaitant se former doivent envoyer un mail ([ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com)) ou contacter par téléphone la responsable de formation (06.14.48.88.98) afin d'échanger sur leur(s) projet(s) et leur(s) besoin(s). À la suite de cet entretien, un dossier d'inscription sera envoyé au candidat à la formation afin de recueillir les informations nécessaires à la constitution d'un contrat de formation. Après la signature du contrat, un délai de rétractation de **14 jours calendaires** suivra. Durant ce délai, la personne souhaitant se former peut changer d'avis et se rétracter sans aucun frais, grâce à un formulaire de rétractation joint au contrat. Passé ce délai de **14 jours**, la personne sera considérée comme inscrite et pourra démarrer sa formation, sous réserve du paiement de son acompte.

**Pour les entreprises** : nous nous engageons à répondre à vos mails ou appels en moins de 3 jours, et de vous envoyer un devis et une convention sous une huitaine de jours.

**Délais d'accès** : à compter de la signature du contrat ou de la convention, les délais d'accès à la formation sont en moyenne de 15 à 20 jours.

**Lieu** pour les formations en présentiel : 107 Chemin de la Palanque 31140 Launaguet. En cas d'indisponibilité sur ce site, un lieu similaire sera choisi, offrant les mêmes conditions que le lieu initial. L'apprenant en sera informé à l'avance.

#### Informations sur la formatrice : Parayre Nathalie

- Référente administrative - Suivi des formateurs et des apprenants
- Praticienne en Massages coréen et ayurvédique- École Arnika Toulouse
- Praticienne en Sophrologie - Diplôme de Master Spécialiste en Sophrologie Caycédiennne (École Eres Toulouse)
- Praticienne en Hypnose Ericksonienne - Diplôme de Praticien en Hypnose Ericksonienne (AFNH Paris)
- Connaissances acquises en autonomie : les outils de la naturopathie, les outils de la naturopathie, le massage intuitif, énergétique, pour personnes âgées et/ou en situation de handicap en fauteuil roulant ou ergonomique

Le nom du formateur n'est ni contractuel ni exhaustif, la société NP Conseil et Formation se réservant le droit de modifier ou d'ajouter des formateurs ou des intervenants en fonction des compétences et des disponibilités de chacun.

La CV thèque des intervenants est accessible sur le site internet : [www.arnika-formation.com](http://www.arnika-formation.com)

## MODALITES D'APPRENTISSAGE ADAPTEES A VOS BESOINS

### A distance, avec tuteur et parcours pédagogique\* :

**Durée estimée : 18H**

**Détail des activités pédagogiques attendues de l'apprenant :**

- Acquisition de connaissances théoriques grâce à un support de cours (temps estimé **11H30**) (en rapport à la durée constatée en formation de groupe)
- Travail personnel en autonomie (approfondissement, recherches) (temps estimé **6H**)
- Test de connaissance pour évaluation (temps estimé **30min**)

**Rythme** : entre 1 et 3 mois de formation, en fonction de vos disponibilités

**Organisation pédagogique du centre de formation :**

- Envoi du support de cours à l'apprenant au format PDF ≈ 39 pages et du livret apprenant
- Proposition d'un point pédagogique en milieu de parcours de formation

**Méthode pédagogique** : affirmative (transmission d'un savoir)

**Assistance technique et pédagogique** : Nathalie Parayre 09.70.82.12.12.

**Procédure de validation des compétences** : l'apprenant effectue le test de connaissance fourni par le centre de formation et le transmet à la personne chargée des relations avec l'apprenant

**Sanction** : attestation de formation à distance attestant des compétences acquises

**Tarif (support numérique 39 pages)** : **250€** (tarif individuel) 280€ (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**Frais de dossier** : 50€

## PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION SUR LES BASES DE L'ANATOMIE A DES FINS DE BIEN-ETRE SUPPORT PEDAGOGIQUE NUMERIQUE DE 39 PAGES

En adéquation avec l'objectif de formation, il est proposé le contenu suivant :

Découverte, grâce à des planches anatomiques, des différentes structures anatomiques :

- |                                                |                              |
|------------------------------------------------|------------------------------|
| - Tête, Face, Cou                              | - Colonne vertébrale         |
| - Épaule, poitrine et partie supérieure du dos | - Région lombaire et abdomen |
| - Membre supérieur et main                     | - Cuisse                     |
|                                                | - Jambe, cheville, pied      |

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 objectifs de la formation ni les compétences attendues pour l'apprenant à la fin de sa formation.

Le contenu des formations est donné et abordé avec pour seul objectif un « savoir » à visé de bien-être et non de soin. Il ne doit en aucun cas être utilisé à mauvais escient. Seul un professionnel de santé est habilité à l'établissement d'un diagnostic médical et d'un traitement adapté. L'utilisation des notions données dans nos formations se fait sous la pleine et entière responsabilité de la personne formée au même titre que l'utilisation qu'elle pourrait faire à partir de documents, livres ou revues autres que ceux proposés au sein de la formation. En aucun cas, la société NP Conseil et formation ne pourra être rendue responsable de cette utilisation, ainsi que d'erreurs, d'inexactitudes ou d'omissions pouvant exister sur chaque cours.

**Le support de ce cours est essentiellement composé de 25 planches anatomiques, proposant ainsi une formation basée sur le visuel de l'anatomie et non sur l'écriture.**

### \* Parcours pédagogique de formation pour atteindre les objectifs fixés

Chemin à parcourir pour atteindre les objectifs de formation :

- Réception des cours (au format PDF et vidéos)
- Exploitation en autonomie des ressources (selon les cours : lire, écouter, visionner, pratiquer, réfléchir, etc...)
- Appropriation des cours par des activités (selon les cours : mémorisation, application, reformulation, transposition, construction, comparaison, critique, synthèse, évaluation, ...)
- Suivi pédagogique ou temps synchrone avec tuteur ou formateur selon la modalité d'apprentissage choisie
- Évaluations

#### Le suivi pédagogique :

- Il consiste à accompagner l'apprenant dans sa progression vers son objectif. Divers documents sont proposés dont l'évaluation des acquis de début, l'évaluation des acquis de fin et le livret apprenant

### REGLEMENT D'EVALUATION POUR LA FORMATION

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

La compétence à acquérir, pour obtenir l'attestation de formation pour cette formation est la suivante :

- Distinguer les grandes structures de la morphologie humaine

Afin de savoir si l'apprenant a acquis cette compétence à la fin du cursus, il est soumis à l'épreuve suivante :

- Test de connaissance

Le test est validé dès lors que l'apprenant a eu un minimum de 50% de bonnes réponses

Pour les personnes en formation avec formateur en présentiel, ce test sera fait sur le temps de cours en fin de session.

Pour les personnes en formation à distance, ce test fait chez l'apprenant en autonomie et envoyé par mail à la personnes responsable des apprenants (Nathalie Parayre : [ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com)) pour validation des acquis en fin de formation

**Pour recevoir l'attestation de formation, l'apprenant doit :**

- Avoir suivi la totalité de la formation (feuilles de présences émargées pour le présentiel)
- Obtenir l'appréciation « acquis » ou « en cours d'acquisition » à la mise en situation
- Avoir rendu les fiches d'évaluation des acquis de fin de formation et de satisfaction
- Avoir réglé la totalité des frais de formation

En cas de non-réussite, l'apprenant peut repasser les 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, l'apprenant se verra remettre une **Attestation de Formation**.

**Rappel : nos formations ne sont pas reconnues par l'État. Nous attestons de compétences acquises au sein d'un organisme de formation privé**

**Mesures pour favoriser l'engagement des bénéficiaires et prévenir les ruptures de parcours :**

Afin de pallier les ruptures de parcours, le centre de formation NP Conseil et Formation met en place un certain nombre d'outils :

- Points pédagogiques durant les parcours
- Feuilles de présence pour les formations en présentiel
- Mails de suivi et de relance

- Livret d'accueil
- Livret de suivi pédagogique
- Démarche d'accueil pour les personnes en situation de handicap (PSH)
- Pour les personnes en situation de handicap, des adaptations pourront être proposées en fonction des besoins de l'apprenant en début de formation et adaptées tout au long du parcours

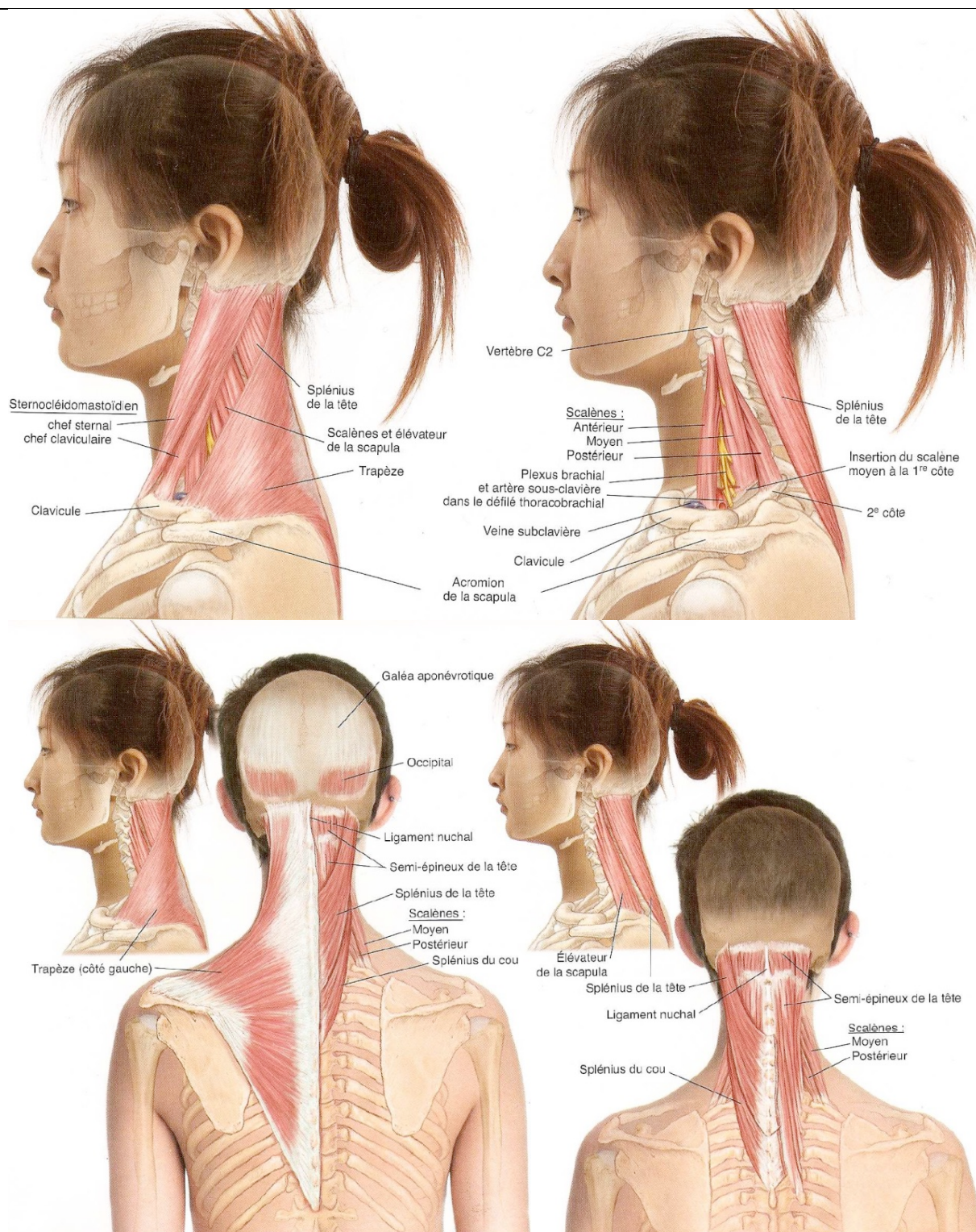
Ces outils permettent à l'apprenant de garder un lien avec le centre tout au long de sa formation.

**J'ai bien pris note de toutes les informations données dans cette fiche, dont les modalités de formation, les tarifs, le programme et le règlement d'évaluation, et je valide leurs principes.**

**DATE :**

**SIGNATURE APPRENANT** (précédée de la mention lu et approuvé, bon pour accord) :

## EXEMPLE DE PLANCHE ANATOMIQUE POUR COMPRENDRE L'ANATOMIE DU COU



**DATE :**  
**SIGNATURE APPRENANT (précédée de la mention lu et approuvé, bon pour accord) :**