



*Former à des métiers qui placent la dimension psychocorporelle  
au cœur de l'accompagnement de la personne*

## **PRATICIEN / PRATICIENNE BIEN-ÊTRE**

### **à Custines (NANCY) 2019-2020**

Rechercher un « mieux-vivre » pour soi-même et apporter un « mieux-être » à son entourage (familial, amical et professionnel) sont devenus des préoccupations primordiales dans le monde actuel.

Vous avez un projet de reconversion professionnelle dans le domaine du Bien-être ; vous êtes professionnel du soin ou de l'accompagnement dans le secteur médico-psycho-social et éducatif, soucieux d'une relation de qualité avec les personnes qui vous sont confiées... quel que soit votre métier ou votre formation initiale, si le toucher et/ou le massage vous attirent, si vous cherchez à les utiliser pour développer une véritable qualité d'écoute et de présence à l'autre, cette formation certifiante vous apportera les outils, le savoir-faire et le savoir-être indispensables.

#### **OBJECTIFS**

La formation de « Praticien/Praticienne Bien-être » vous spécialisera en une pratique psychocorporelle éprouvée dont la finalité est de permettre au client/patient de développer son sentiment d'exister ainsi que sa capacité à communiquer et à mieux gérer sa vie.

Elle vous donnera les outils indispensables pour :

- *développer un nouveau projet de service au sein de votre établissement ou de votre structure professionnelle,*

ou

- *créer et organiser votre propre entreprise d'offre de prestations de bien-être.*

#### **CONTENU**

##### **NIVEAU 1 - TECHNIQUES DE BASE ET ASPECTS RELATIONNELS (12 JOURS)**

###### **Module 1 : TOUCHER / MASSAGE BIEN-ÊTRE : TECHNIQUE DE BASE**

- Mouvements de base
- Respiration - Rythme
- Posture corporelle - Mobilité

###### **Module 2 : TOUCHER - ÉMOTIONS – CONSCIENCE CORPORELLE**

- Anatomie, physiologie
- Impact physique, neurologique, psychique et émotionnel du toucher
- Relation à soi-même et à l'autre
- Sensibilisation aux approches complémentaires de bien-être et de relaxation.

Hors présentiel : 2 séances individuelles de Toucher/Massage Bien-être à recevoir.

#### **PUBLIC :**

Toute personne en recherche de formation certifiante pour pratiquer le Toucher dans l'Accompagnement ou le Massage Bien-être en activité principale ou accessoire, ou qui souhaite l'intégrer dans sa pratique professionnelle habituelle.

#### **PRÉREQUIS :**

Avoir participé à un atelier de découverte de Toucher/Massage Bien-être organisé par TACT & Bien-être Formations.

#### **MÉTHODOLOGIE :**

- Apprentissage des techniques corporelles
- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Mises en situations avec corrections interactives
- Mises en situations professionnelles
- Supports écrits
- Bibliographie

## NIVEAU 2 - TECHNIQUES SPÉCIFIQUES ET ASPECTS PSYCHOLOGIQUES (12 JOURS)

### Module 3 : TOUCHER / MASSAGE BIEN-ÊTRE - ÉCOUTE CORPORELLE

Communication non verbale  
Vécu et amplification du schéma corporel

### Module 4 : INITIATION A LA PSYCHOLOGIE, À LA COMMUNICATION, AUX ASPECTS RELATIONNELS DU TOUCHER

Notions de psychologie  
Toucher et développement psychoaffectif de l'enfant  
Gestion de stress  
Neurosciences  
Sensibilisation aux approches complémentaires de communication et de relations humaines

Hors présentiel : 2 séances individuelles de Toucher/Massage Bien-être à donner.

## DURÉE ET DATES DE LA FORMATION :

36 jours - 252 h : du 04 octobre 2019 au 03 octobre 2020

- Niveau 1 : 04/10/19 – 11/01/20
- Niveau 2 : 31/01/20 – 16/05/20
- Niveau 3 : 05/06/20 – 03/10/20

## LES PLUS DE CETTE FORMATION

- un travail d'écoute, de réflexion et de construction personnelle indispensable pour une mise en pratique qualifiée, respectueuse et responsable.
- l'accompagnement individualisé du stagiaire.

## NIVEAU 3 - POSTURE ET DÉMARCHE PROFESSIONNELLES (13 JOURS)

### OPTION « ACCOMPAGNANT/E BIEN-ÊTRE »

Pour les professionnels de l'accompagnement et du soin dans le secteur médico-psycho-social-éducatif...

#### Module 5 :

##### GESTION DE LA SÉANCE

Toucher adapté au public institutionnel  
Mises en situation  
Pose du cadre professionnel



#### Module 6 :

##### CONTEXTE PROFESSIONNEL

Équipe, établissement, service, famille...  
Projet de service incluant le toucher (soins, activités bien-être, salle éveil des sens...)

Travaux hors présentiel : mise en place d'un projet de service incluant 10 séances de Toucher/Massage Bien-être à donner et 3 séances à recevoir.

Journée de certification.

### OPTION « PRATICIEN/NE EN MASSAGE BIEN-ÊTRE »

Pour les personnes souhaitant créer ou développer leur entreprise : activité libérale, micro-entreprise, portage salarial...

#### Module 5 :

##### GESTION DE LA SÉANCE

Pose du cadre professionnel  
Conduite de la séance  
Mises en situation



#### Module 6 :

##### CONTEXTE ET POSTURE PROFESSIONNELS

Projet - Démarche - Installation professionnelle

Travaux hors présentiel : 7 séances de Toucher/Massage Bien-être à donner et 3 séances à recevoir.

Journée de certification.

## ÉVALUATIONS ET VALIDATION

Auto-évaluation continue à partir du « Livret du stagiaire ».

Niveau 1 et niveau 2 :

Évaluations pratiques et théoriques intermédiaires à l'issue de chaque module.

À l'issue du niveau 1 et du niveau 2 : remise d'une attestation de présence listant les compétences acquises, en cours d'acquisition ou non acquises.

Niveau 3 :

Évaluations par les formateurs des travaux hors présentiel.

Épreuve de certification lors du dernier jour de formation, devant un jury.

À l'issue du niveau 3 : sur délibération du jury, remise du certificat « Accompagnant / Accompagnante Bien-être » ou « Praticien / Praticienne en Massage Bien-être ».

## INTERVENANTS

Christine WATRIN : Formatrice TACT & Bien-être - Somatothérapeute - Praticienne en Massage Bien-être – Accompagnante Bien-être – Aide-soignante

Laurence ANTONUCCI : Formatrice TACT & Bien-être - Somatopraticienne - Praticienne en Massage Bien-être - Accompagnante Bien-être

## TARIF\*

Formation complète : 4650 €

- Niveau 1 : 1500 €
- Niveau 2 : 1500 €
- Niveau 3 : 1650 €

Formation complète – financement personnel : 3610 €

- Niveau 1 : 1170 €
- Niveau 2 : 1170 €
- Niveau 3 : 1270 €

\*Non compris les travaux personnels (5 séances à recevoir au tarif de 50 € chacune)

## LIEU

Centre de formation « TACT & Bien-être » Grand Est  
3 rue du Duc de Guise - 54670 CUSTINES

## CONTACT

**CALENDRIER GRAND EST 2019-2020 à Custines (NANCY)**

3<sup>ème</sup> promotion 2019-20 : Praticien Bien-être

<b>NIVEAU 1</b>		
<b>2019 - 2020</b>	<b>Vendredi</b>	<b>Samedi</b>
Octobre	04	05
Octobre	18	19
Novembre	08	09
Novembre	29	30
Décembre	20	21
Janvier	10	11
<b>NIVEAU 2</b>		
<b>2020</b>	<b>Vendredi</b>	<b>Samedi</b>
Janvier	31	
Février		01
Février	14	15
Mars	13	14
Avril	03	04
Avril	24	25
Mai	15	16
<b>NIVEAU 3</b>		
Juin	05	06
Juin	19	20
Juillet	03	04
Septembre	04	05
Septembre	18	19
Octobre	02	03
<b>CERTIFICATION : à déterminer</b>		

Horaire : 9h30-13h00 / 14h00-17h30

**MODULES COMPLÉMENTAIRES**

- Accompagnant Bien-être :
  - Développer et proposer un projet de service (2 jours)
  - Animer des ateliers Bien-être en milieu institutionnel (2 jours)
- Praticien en Massage Bien-être :
  - Définir et développer son projet d'installation (2 + 1 jours)
  - Animer des ateliers Bien-Être (2 jours)
- Petite enfance :
  - Animer des ateliers Bien-être parents-enfants (2 + 1 jours)
  - Animer des ateliers d'apprentissage du Massage Bien-être pour les bébés (2 + 1 jours)