



Relaxation et réflexologie Tête, Mains, Pieds

Guide de Formation



Table des matières :

Introduction

Ma qualification professionnelle :

Définition d'une formation qualifiante
Compétences visées par ma formation
Diplôme visé par ma formation

Ma formation :

Mon positionnement
La modularisation et les blocs de compétences
Mon programme
La durée de formation, mon calendrier

Expérimenter mes nouvelles compétences :

La professionnalisation
Le stage en entreprise

Mes séquences de formations :

Mon entrée en formation
Les modules de formation
Les évaluations
La restitution des acquis et des documents de fin de formation
L'après formation

Introduction :

Bienvenue à l'IFMBE !

J'ai le grand plaisir de vous accueillir dans votre programme de formation.

Avec cette formation, vous apprendrez à réaliser un massage de relaxation profond de la tête (y compris nuque), des mains et des pieds.

Vous vous initierez aux techniques de réflexologie pour compléter les techniques de bien-être que vous utilisez déjà ou apportez un plus à votre activité.

Plus que de la relaxation, vous intégrerez à vos massages des stimulations de point reflex afin de garantir un bien-être idéal à vos clients !

Cette formation peut être réalisée en complément du CAP esthétique afin d'améliorer vos niveaux de prestations !

À l'issue de votre formation, vous serez capable de proposer vos prestations de bien-être à votre clientèle propre, ou au sein d'un centre de bien-être.

Vous serez un-e véritable professionnel-le du bien-être dans votre spécialité.

Pour un futur employeur, cela sera la garantie d'un savoir faire et pour vous, peut être, le début d'une nouvelle carrière !

Je suis Leila Geny, votre formatrice, et je mets tout en œuvre pour adapter les formations à vos besoins et à vos projets. Contenus, durée, modalités, programmes... C'est par ici que ça se passe.

J'ai conçu ce guide pour vous aider à y voir plus clair dans votre progression vers vos objectifs !

À vos côtés tout au long de la formation, mon but est de vous aider à acquérir les compétences-métiers de Praticien-ne du Bien-être sans stress et de façon autonome.

Je suis absolument convaincue que la formation ouvre le chemin vers une meilleure expression de soi. Ce chemin devrait toujours être parsemé du plaisir d'apprendre. Vous êtes prêts-tes ?

Nous allons entrer dans le détail de la formation : son programme, ses conditions d'examens et de possibilités de stage liées à la formation.

Ce guide vous apporte le soutien et l'accompagnement nécessaires à la réussite de la préparation de votre qualification professionnelle.

Consultez-le et vous trouverez des réponses sur votre programme de formation, votre calendrier et vos évaluations ainsi que sur votre professionnalisation.

Conservez précieusement ce guide qui vous permet de consulter nos engagements mutuels à tout instant.

Je reste à votre disposition pour répondre à toutes vos questions !

Ma qualification professionnelle :

1) Définition d'une formation qualifiante

Une formation qualifiante est un atout considérable, qui a pour objectif de développer les connaissances afin qu'elles deviennent des compétences professionnelles.

La formation qualifiante s'adresse à des personnes qui souhaitent se former sur un sujet précis et spécifique dans le domaine professionnel.

Ces formations consistent à acquérir des connaissances et apprendre les stratégies et les techniques applicables dans un secteur professionnel précis, comme ici le secteur du Bien-être et de l'esthétique.

La formation qualifiante et la formation diplômante ont pour objectif commun le développement des compétences et des connaissances professionnelles. **Le certificat délivré pour la première n'est pas reconnu nationalement** contrairement au Diplôme d'État de la seconde.

2) Compétences visées par ma formation :

Retrouver les points reflex de la zone tête, mains, pieds par rapport à des repères anatomiques.

Stimuler ou décharger un point de tension.

Réaliser un massage de relaxation profonde de la tête, des mains et des pieds adapté au bien-être de la personne massée.

3) Diplôme visé par ma formation :

Délivrance d'une attestation de qualification à la pratique du massage reflex et de relaxation des pieds, des mains et de la tête .

Ma formation :

1) Mon positionnement :

Pour garantir l'adéquation de votre formation avec vos attentes et vos besoins, vous répondez à un questionnaire de positionnement et réalisez un entretien individuel avec votre responsable de formation. Vous répondez également à une évaluation des acquis et pré-requis avant l'entrée en formation.

Cette procédure permet de vérifier que vous validez les pré-requis de votre formation qui sont :

- Aucun pré requis scolaire nécessaire
- Intérêt pour le bien-être et les disciplines énergétiques
- Travail en contact du corps des clients

2)La modularisation et les blocs de compétences :

Suite à votre positionnement, il est défini avec votre responsable de formation que vous suiviez tout ou partie des modules ou blocs de compétences de la formation :

Module 1 : Les connaissances fondamentales de la relaxation de la tête des mains et des pieds : initiation à la réflexologie.

Module 2 : La relaxation de la tête, mains et pieds: initiation à la réflexologie.

Vous avez accès à la liste des modules auxquels vous êtes inscrits sur votre contrat ou convention de formation, ainsi que sur votre plan individuel de formation.

NB : vous pouvez parfois bénéficier d'un module supplémentaire afin de consolider un des pré-requis.

3) Mon programme de formation complet :

- Différencier le modelage esthétique et le massage de relaxation
- Le modelage esthétique
- Le massage de relaxation
- Donner plus de valeurs à vos prestations !

- Qu'est ce qu'un point reflex ?
- Retrouver les points reflex de la tête grâce à des repères anatomiques
- Retrouver les points reflex des pieds grâce à des repères anatomiques (introduction à la réflexologie)
- Retrouver les points reflex des mains grâce à des repères anatomiques

- Maîtriser les protocoles de massage reflex et de relaxation de la tête, des mains et des pieds
- Protocole de massage de la tête
- Protocole de massage des mains
- Protocole de massage des pieds

- Mettre en pratique des massages reflex et de relaxation adaptés au bien être de la personne massée
- Maîtriser sa pratique professionnelle
- Adapter son toucher pour atteindre le résultat de Bien-être
- Respecter les impératifs d'une prestation qualitative

4)La durée de formation, mon calendrier :

La formation Relaxation et réflexologie tête mains pieds est estimée avoir une durée de 18h. Elle comprend 4h30 à distance et 13h30 en présentielle.

Les accès aux e-learning étant libres, vous réalisez la formation en plus ou moins de temps en fonction de vos attentes, et surtout de vos besoins. L'important sera d'avoir acquis les compétences relatives la pratique du massage relax et reflex tête, mains et pieds.

Une fois les e-learnings validés, les formations en groupe réalisées, vous réaliserez votre évaluation en présentielle à la date indiquée dans votre plan individuel de formation.

Dans le cas d'une évaluation sous forme de production écrite avec ou sans présentation à l'oral, vous êtes libre de rendre votre évaluation finale sous 2 mois afin de faire valider vos compétences (à partir du dernier jour de formation pour les formations en présentielle, à partir du dernier jour d'accès au programme en ligne pour les formations comprenant du e-learning) sur rendez vous auprès de votre responsable de formation qui réunira le jury.

Expérimenter mes nouvelles compétences :

1) La professionnalisation :

Pour toutes les formations à l'ifmbe, vous avez accès à la salle de professionnalisation.

C'est une cabine professionnelle, rendue disponible pour vous (sur réservation) afin de vous permettre d'accueillir gratuitement des modèles et de vous entraîner en situation réelle de travail.

Vous avez accès gratuitement à cette salle, à hauteur de 10% de votre temps de formation.

2) Le stage en entreprise :

Selon vos besoins et vos possibilités, l'ifmbe peut vous fournir une Convention de stage afin de vous exercer en conditions de travail et d'immersion en entreprise.

Durée à définir avec l'entreprise d'accueil.

La recherche d'un stage en entreprise répond aux mêmes critères qu'une recherche d'emploi. Vous pouvez bénéficier d'un accompagnement de votre responsable pédagogique, pour la méthodologie de recherche et pour vous rapprocher d'acteurs professionnels dans le domaine du bien-être et de la beauté.

Mes séquences de formations :

1) Mon entrée en formation :

- Les CGUs (conditions générales d'utilisations) sont signées
- Les CGVs (conditions générale de vente) sont signées
- Évaluation de satisfaction à remplir
- Prise en main de la plateforme de formation digiforma
- Calendrier de formation validé
- Convocations aux modules à distance ou en présentiel

2) Modules de formations :

Réalisation des e-learning en autonomie, contact direct avec la formatrice par téléphone, boîte mail ou forum partagé.

Formation en présentiel sur le site de Biganos (60 avenue de la côte d'argent) ou en entreprise (selon possibilités d'accueil)

3) Évaluations :

Les évaluations peuvent se dérouler sous différentes modalités (CF votre parcours individuel de formation pour connaître les détails de vos évaluations) :

La mise en situation professionnelle : Vous réalisez une prestation complète sur un modèle choisi ou imposé en fonction d'un sujet donné. Vous êtes évalué-e par votre responsable de formation, accompagnée ou non d'une professionnelle du secteur

Questionnaire écrit, QCM : vous répondez à une série de questions avec réponse libre, choix unique ou QCM. Les résultats sous forme de note vous sont transmis ainsi que la correction.

Production écrite : résolution de cas pratique argumentée ou construction d'un dossier avec présentation orale ou non

NB : la durée des évaluations est comprises dans le temps de formation indiqué sur les programmes

4) Restitution des acquis et fourniture des documents de fin de formations :

En fonction de votre réussite aux évaluations, de votre assiduité :

Restitution des acquis avec remise d'une attestation de qualification et appréciation générale.

Remise du livret de suivi individuel rempli.

Remise de l'attestation d'assiduité.

Remise de l'attestation de fin de formation.

Évaluation de satisfaction à chaud.

5) L'après formation :

Sous 30 jours, évaluation de satisfaction à froid.

O A la demande, accompagnement à la mise en place du projet professionnel, ou accompagnement à la recherche d'emploi.
(En session de groupe)

Ceci est un guide de formation accessible à tous les apprenants. Dans le cas d'une demande d'adaptation de votre part, j'étudierai les capacités de l'ifmbe à répondre à votre demande.

Pour les conditions particulières individuelles, votre parcours individuel de formation retracera avec détail votre calendrier de formation, les contenus et conditions d'apprentissage, ainsi que les modalités d'évaluation.

Il vous sera remis après signature du contrat de formation suite à la finalisation de la procédure de positionnement.

Leila Geny,
Responsable de formation IFMBE