

Code ROME : K1103 – Forma code : 43445 – NSF : 336 - Code NAF de la profession 8690F

Organisme enregistré par le Greffe du tribunal de commerce de la Roche-Sur-Yon sous le n°Siret : 890 896 566 00027

Organisme de formation enregistré sous le numéro de déclaration d'activité -27580083458- Certification Qualité : Datadock

### **Les étapes de votre admission en formation :**

- Cette **fiche de renseignement** est votre premier pas en vue de l'admission à la formation. Elle nous est nécessaire afin d'établir votre contrat de formation (cas N°1) ou l'établissement de notre convention avec votre financeur (cas N°2).
- Editez-la et complétez-la, de la **page 1 à 4**, ainsi que le **calendrier** de votre parcours de formation envisagé.
- **Renvoyez-la**, par mail à : [f2m.massagemouvement@gmail.com](mailto:f2m.massagemouvement@gmail.com) ou par courrier, à : F2M Massage Mouvement, Moulin des Gouttes 58370 ONLAY
- Adressez-nous également, un **CV avec une photo** et une **lettre** ou un mail présentant :
  1. La nature précise de votre métier actuel.
  2. Votre projet, votre motivation au sujet de la pratique professionnelle du massage bien-être.
  3. La raison du choix de notre école.
  4. Le cas échéant, vos acquis précédents en matière de relaxation et de travail corporel.
- Nous programmons un **rdz** (téléphonique ou en visio) pour cerner vos motivations, votre projet, vérifier vos pré-requis et élaborer votre programme de formation ensemble
- Vous **validez votre contrat (ou convention)** et votre programme de formation après réception de notre proposition finalisée
- Si vous êtes concerné-e, vous faites votre **demande d'utilisation de votre CPF sur moncompteformation**
- Vous recevez une confirmation d'inscription, puis, une convocation quelques jours avant le début de la formation
- Vous entrez en formation aux dates programmées.

### **Pré-requis de la formation :**

- être majeur
- Niveau V. Et faire la démonstration lors de l'entretien de sa capacité de compréhension, d'expression, de structuration et d'argumentation minimale de ses interventions orales et de ses écrits.
- avoir une formation ou une expérience professionnelle dans le domaine du massage, de la relaxation, de la relation d'aide ou de soin (lorsque l'action de formation correspond à l'article L6313-3) ; OU se reconverter dans ce domaine avec une forte motivation à exercer le métier de masseur (lorsque l'action de formation correspond à l'article L6313-6),
- être motivé et exprimer un intérêt majeur pour la formation et la profession,
- avoir une vision du métier compatible avec celle de F2M, notamment une vision fondée sur l'approche bien-être et non sur l'approche thérapeutique ou mystique.
- Ces prérequis seront validés à travers 1) la lettre de motivation, 2) le ou les entretiens préalables avant l'inscription, 3) en cas de nécessité de vérification supplémentaire, un nouvel entretien mené à l'issue d'une demi-journée dite « porte ouverte individualisée » au cours de laquelle le candidat est reçu par un formateur au sein d'un groupe en formation.

NOM : Prénom :  
 Adresse : CP et Ville :  
 Date de naissance :  
 Email : Tel Mobile :

**Votre positionnement avant l'entrée en formation :**

**Complétez ci-dessous**

Vous souhaitez changer de profession, votre formation sera une Action de conversion

Vous souhaitez intégrer les acquis de la formation dans la profession que vous exercez déjà, votre formation sera une Action d'adaptation et de développement des compétences

**Situation professionnelle :**

**Diplômes :**

**Votre parcours de formation :**

**Indiquez la certification et/ou les contenus choisis en cochant ci-dessous :**

**NOS CURSUS Complets**

<p><b>Cursus Praticien-ne Massage Bien-Être</b>            formation présentiel &amp; distanciel            (132h MH + 22h AP + 32h LA + 88h 2 modules Massage, + 4h eval)            + 140h stage en entreprise</p>	<p><b>278 h</b>            – financé (20€/h) : 5 560 €            – autofinancé (17€/h) : 4 726 €</p>	
<p><b>Cursus Praticien-ne Massage Bien-Être avec spécialisation au Massage Intuitif &amp; Créatif</b>            formation présentiel &amp; distanciel            (132h MH + 22h AP + 32h LA + 88h 2 modules Massage + 4h eval + 110h spé MIC)            + 140h stage en entreprise</p>	<p><b>388 h</b>            – financé (20€/h) : 7 760 €            – autofinancé (17€/h) : 6 596 €</p>	
<p><b>Cursus Masseur-Relaxologue</b>            formation présentiel &amp; distanciel            (132h MH + 22h AP + 32h LA + 88h 2 modules Massage + 4h eval + 110h spé MIC + 110h Atelier relax + Eval 22h)            + 140h stage en entreprise</p>	<p><b>520 h</b>            – financé (20€/h) : 10 400 €            – autofinancé (17€/h) : 8 840 €</p>	
<b>BLOCS</b>		
<p><b>Bloc 1 Savoir Prodiguer des Techniques de Massage Bien-Être -</b>            composé des Modules :  <b>Massage à l'Huile (MH) +</b>            2 au choix : <b>Massage au Sol (MS)</b> ou <b>Massage Energétique (ME)</b> ou <b>Massage Adapté (MA)</b>  <b>+ Anatomie Palpatoire</b></p>	<p><b>242 h</b>            – financé (20€/h) : 4 840 €            – autofinancé (17€/h) : 4 114 €</p>	
<p><b>Bloc 2 – Vivre du bien-être -</b>            composé du Module  <b>Lancer son Activité (LA)</b></p>	<p><b>32h</b>            – financé (20€/h) : 640 €            – autofinancé (17€/h) : 544 €</p>	
<p><b>Bloc 3 - Spécialisation au Massage Intuitif &amp; Créatif : Être capable d'accompagner l'expression des besoins de la clientèle, de créer des massages adaptés à la demande du massé et de gérer son cadre de travail</b> composé du Module  <b>Développer sa Dimension Créative et Développer son Identité Professionnelle (DCI)</b></p>	<p><b>110 h</b>            – financé (20€/h) : 2 200 €            – autofinancé (17€/h) : 1 870 €</p>	
<p><b>Bloc 4 : Savoir Animer des séances de relaxation en individuel ou en collectif -</b>            composé des Modules  <b>Initiation aux Techniques de Relaxations (ITA)+ Savoir Créer des ateliers de relaxation (SCA)</b></p>	<p><b>110 h</b>            – financé (20€/h) : 2 200 €            – autofinancé (17€/h) : 1 870 €</p>	

## MODULES

### Suivi indépendamment d'un cursus ou en vue d'une certification ou qualification progressive

Chaque module est composé de regroupements indissociables. Les modules peuvent être dispensés en semaine ou en week-end. Les horaires sont :

- en **SEMAINE** : Lundi 13h-19h, Mardi 9h-19h et Mercredi 9h-16h. Et Jeudi (si sur 4 jours)
  - en **WEEK-END** : Vendredi 13h-19h, Samedi 9h-19h et Dimanche 9h-16h. Et Lundi (si sur 4 jours)
- Ils peuvent néanmoins avoir quelques variantes selon les lieux et modules.

<p style="text-align: center;"><b>Module Massage à L'huile (MH)</b>  <b>132h</b> en 6 rgts X 22h (22h en 3 jours)                      Technique de base du Massage Suédois et Californien sur table                      Technique de base du Massage Suédois et Californien au sol                      Massage 4 mains.</p>	<b>132h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Module Massage au Sol (MS)</b>  <b>44h</b> en 2 rgts X 22h (22h en 3 jours)                      Protocole de la Relaxation Coréenne                      La Relaxation Coréenne Intuitive.</p>	<b>44h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Module Massages Energétiques (ME)</b>  <b>44h</b> en 2 rgts X 22h (22h en 3 jours)                      Harmonisations des chakras et des corps subtils                      Massage en Lemniscate                      Corrélations des blocages énergétiques et des tensions physiques                      Polarité- apposition de main                      Massage Métamorphique</p>	<b>44h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Module Massages Adaptés (MA)</b>  <b>44h</b> en 2 rgts X 22h (22h en 3 jours)                      Massage bébé et enfant                      Massage périnatal                      Massage femme enceinte                      Massage personne âgées</p>	<b>44h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Module Anatomie Palpatoire (AP)</b>  <b>22h</b> en 3 jours)                      Base du corps humain, de la peau aux os                      Théorie et pratiques</p>	<b>22h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Module Lancer son Activité (LA)</b>  <b>32h</b> en 3 jours en présentiel et 10h à distance                      Gestion, Marketing, Communication</p>	<b>32h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Modules Déployer sa Dimension Créative e Développer son Identité Professionnelle (DCI)</b>  <b>110h</b> en 5 rgts X 22h (22h en 3 jours)                      Fusionner les outils de relaxation avec le massage                      Sortir de sa zone de confort et oser créer un massage créatif personnalisé                      Gestion du cadre de travail                      Accompagnement dans l'expression des besoins de la clientèle                      Approfondir ses compétences relationnelles</p>	<b>110h</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Modules Initiation aux Techniques de Relaxation et Savoir Créer des Ateliers de Relaxation (ITR-SCA)</b>  <b>110h</b> en 5 rgts X 22h (22h en 3 jours)                      La méthode Jacobson, Le training autogène de Schultz, Yoga Nidra,                      Le réveil des sens et les fondements de la méthode Vittoz, Les visualisations, Les outils de la Pleine Conscience,                      La dimension énergétique des relaxations par le souffle,                      Principes et subtilités de la Cohérence cardiaque                      Comprendre la dynamique du groupe                      Mise en place du cadre de travail pour l'animation de groupe</p>	<b>110h</b>	

Conception et animation d'atelier		
<b>Praticien-ne en Massage Bien-être :</b> <b>Mise en situation pratique- Evaluations – 4 h</b> (à la suite d'un regroupement) Mise en situation de massage, validation de connaissance écrite en anatomie, présentation de votre expérience de stage	<b>4h</b> – financé (20€/h) : 80 € – autofinancé (17€/h) : 68€	
<b>Masseur-Relaxologue :</b> <b>Mise en situation pratique- Evaluations (EMR)– 22 h</b> Mise en situation pratique, Présentation dossier professionnel, Rituel de fin de formation	<b>22h</b> – financé (20€/h) : 440 € – autofinancé (17€/h) : 374€	

**Vos conditions d'hébergement durant la formation : Indiquez, en cochant ci-dessous, si vous souhaitez être contacté par le centre d'hébergement pour effectuer une réservation**

Nous formons au centre de stages « Altiverdé » La Haute Feuillée- 120 Fouques, 85610 CUGAND (à côté de Clisson), l'hébergement y est possible (52€ par regroupement pour 2 nuits).

Pour toute question (modalités pratiques, devis...), contactez Irène par mail à [contact@altiverde.fr](mailto:contact@altiverde.fr) ou sms à 06 33 82 96 40

Pour des questions d'organisation, prévenez-nous (en cochant ci-contre), Irène vous contactera en retour. Les places sont limitées. Réservez au plus tôt.

NB : Certains modules peuvent avoir lieu sur une autre commune, ou le gîte peut être complet.

**Les modalités de financement de votre formation : Indiquez les modalités de financement envisagées en cochant vos choix ci-dessous** (multi-financement possible, cochez dans ce cas toutes les modalités de financement envisagées) :

Votre entrée génère des frais d'inscriptions de 120€. Tout nouveau contrat appelle une réinscription de 50€.

Vous adhérez à la FFMBE (bulletin d'adhésion d'un montant de 15 €, joint au contrat ou convention). Cela vous permet d'être informé des aspects réglementaires de la Fédération Française du Massage Bien-être.

Vous pourrez adhérer à l'Ecole du Massage Intuitif (un code d'accès vous sera remis). Cela vous permet d'y bénéficier de tarifs réduits sur les formations à l'issue de votre cursus, de figurer sur l'annuaire des Praticiens en massage intuitif.

Vous envisagez de **financer vous-même votre formation** (cas 1).

Le paiement de la formation peut se faire en échancier mensuel, pour un montant maximum du coût d'un regroupement (type de paiement à préciser ci-dessous) :

par chèque		par virement bancaire	
------------	--	-----------------------	--

Vous souhaitez un devis pour **effectuer les démarches de prise en charge partielle ou totale** de votre formation (cas2).

	<b>Demande à Pole Emploi :</b> <b>N° de demandeur d'Emploi :</b> ..... <b>Contact Pole</b> <b>Emploi :</b> .....	<b>Demande à votre</b> <b>Employeur :</b> Raison sociale de l'employeur..... ..... N° SIRET  __ __ __ __ __   __ __ __ __ __ __	<b>OPCO, Fongecif :</b>  <b>Nom Financier</b> <b>Sollicité : .....</b>	<b>Autre:</b> ..... ..... .....
--	--	---	---	--

Si en cas de refus de l'organisme financeur, vous maintenez votre choix en autofinancement (cf cas n°1), cochez :

Si vous conditionnez votre participation à l'accord de financement, cochez cette case.

# CALENDRIER 2021 PAYS DE LA LOIRE (CLISSON)

	AVRIL			MAI			JUIN		
	CLISSON			CLISSON			CLISSON		
J 1		13	S 1	Fête du Travail		M 1			
V 2			D 2			M 2			
S 3			L 3			J 3			
D 4	Pâques		M 4	LA (Nantes)		V 4			
L 5			M 5			S 5		ITR 1	
M 6			J 6			D 6			
M 7		14	V 7			L 7			
J 8			S 8	Victoire 1945		M 8		MH 2	
V 9			D 9			M 9			
S 10			L 10			J 10			
D 11			M 11			V 11			
L 12			M 12			S 12		ITR 2	
M 13	ME 1		J 13	Ascension		D 13			
M 14			V 14			L 14			
J 15		15	S 15			M 15		MH 3	
V 16			D 16			M 16			
S 17			L 17			J 17			
D 18			M 18	MH 1		V 18			
L 19			M 19			S 19			
M 20			J 20			D 20			
M 21			V 21			L 21			
J 22		16	S 22			M 22			
V 23			D 23	Pentecôte		M 23			
S 24			L 24			J 24			
D 25			M 25			V 25			
L 26			M 26			S 26			
M 27	ME 2		J 27			D 27			
M 28		17	V 28			L 28			
J 29			S 29			M 29		MH 4	
V 30			D 30			M 30			
S 31			L 31						

	JUILLET			AUGUST			SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DECEMBRE		
	CLISSON			CLISSON			CLISSON			CLISSON			CLISSON			CLISSON		
J 1			D 1		M 1		V 1		L 1	Toussaint		M 1				M 1		
V 2		26	L 2		J 2		S 2		M 2			J 2				V 2		
S 3			M 3		V 3		D 3		M 3			M 3			44	V 3		
D 4			M 4		S 4		L 4		J 4			S 4				S 4		AAR 2
L 5	MH 5		J 5		D 5		M 5	MA 1	V 5			D 5				D 5		
M 6			V 6		L 6		M 6		S 6			L 6				L 6		
M 7			S 7		M 7		J 7		D 7		40	M 7				M 7		
J 8		27	D 8		M 8		V 8		L 8			M 8				M 8		
V 9			L 9		J 9		S 9		M 9			J 9				J 9		
S 10			M 10		V 10		D 10		M 10			V 10			45	V 10		
D 11			M 11		S 11		L 11		J 11			S 11				S 11		
L 12			J 12		D 12		M 12		V 12	Armistice 1918		D 12				D 12		
M 13			V 13		L 13		M 13		S 13			L 13				L 13		
M 14			S 14		M 14		J 14		D 14			M 14				M 14		EMR
J 15		28	D 15		M 15		V 15		L 15		41	M 15				M 15		
V 16	ITR 3		L 16		J 16		S 16		M 16			V 16				J 16		
S 17			M 17		V 17		D 17		M 17			V 17				V 17		
D 18			M 18		S 18		L 18		J 18			S 18			46	S 18		
L 19			J 19		D 19		M 19	MA 2	V 19			D 19				D 19		
M 20	MH 6		V 20		L 20		M 20		S 20			L 20				L 20		
M 21			S 21		M 21		J 21		D 21		42	M 21				M 21		
J 22		29	D 22		M 22		V 22		L 22			M 22				M 22		
V 23			L 23		J 23		S 23		M 23			J 23				J 23		
S 24			M 24		V 24		D 24		M 24			V 24				V 24		
D 25			M 25		S 25		L 25	Fête Réseau Lille	J 25			S 25			47	S 25		Noël
L 26			J 26		D 26		M 26		V 26			D 26				D 26		
M 27			V 27		L 27		M 27		S 27			L 27				L 27		
M 28			S 28		M 28		J 28	APA	D 28		43	M 28				M 28		
J 29		30	D 29		M 29		V 29		L 29			M 29				M 29		
V 30			L 30		J 30		S 30		M 30			J 30				J 30		
S 31			M 31		##		D 31	heurt				V 31				V 31		

Date :

Signature :

Adressez tous vos courriers à: **F2M Massage Mouvement**, Moulin des Gouttes 58370 ONLAY  
ou à [f2m.massagemouvement@gmail.com](mailto:f2m.massagemouvement@gmail.com) ou appelez Estelle au **06 71 24 12 64**