



KERANANDA

CATALOGUE DES FORMATIONS MASSAGES BIEN-ÊTRE

Rennes - 2020-2021



VOTRE FORMATRICE

Créatrice de KerAnanda depuis 2008, je suis praticienne en massages-bien-être® certifiée à l'IFJS depuis 2001, praticienne de la Trame®, Access Bars®, guidance informationnelle®, instructrice Massage école (Misa France), formatrice en Toucher-massage® depuis 2011 et facilitatrice Access Bars®. Initialement diplômée de l'Edhec puis d'un DESU à Paris VIII, anciennement cadre en entreprise, j'ai d'abord été formée au massages-bien-être par Joël Savatofski (IFJS), créateur du Toucher-Massage®, puis j'ai continué de me former régulièrement à différentes approches, d'abord en ayurveda, puis aux côtés de Christian Hiéronimus, spécialiste en techniques du toucher, créateur et animateur de la formation « le toucher créatif® ».

Agréée par la Fédération française de massages bien-être (FFMBE) depuis sa création, par Ayurvêda en France depuis 2009, je suis aussi référencée sur le site officiel de l'association de la Trame® et celui de Misa France (massage école).

Installée en cabinet privé, je reçois sur rendez-vous en séance individuelle d'accompagnement corporel.

Formatrice-facilitatrice certifiée, je vous propose des ateliers découvertes, des cursus complets pour exercer comme praticien, des modules professionnels d'acquisition de compétences, des sessions spécifiquement dédiées aux professionnels du soin et enfin, à l'entreprise sur le thème de la qualité de vie et du mieux-être au travail.

Auteure, j'ai publié un recueil de fiches pratiques destiné aux enseignants du primaire, *Être zen pour mieux apprendre*, aux éditions Hatier (sept 2019).

HISTOIRE DE KERANANDA

L'aventure débute en 2008

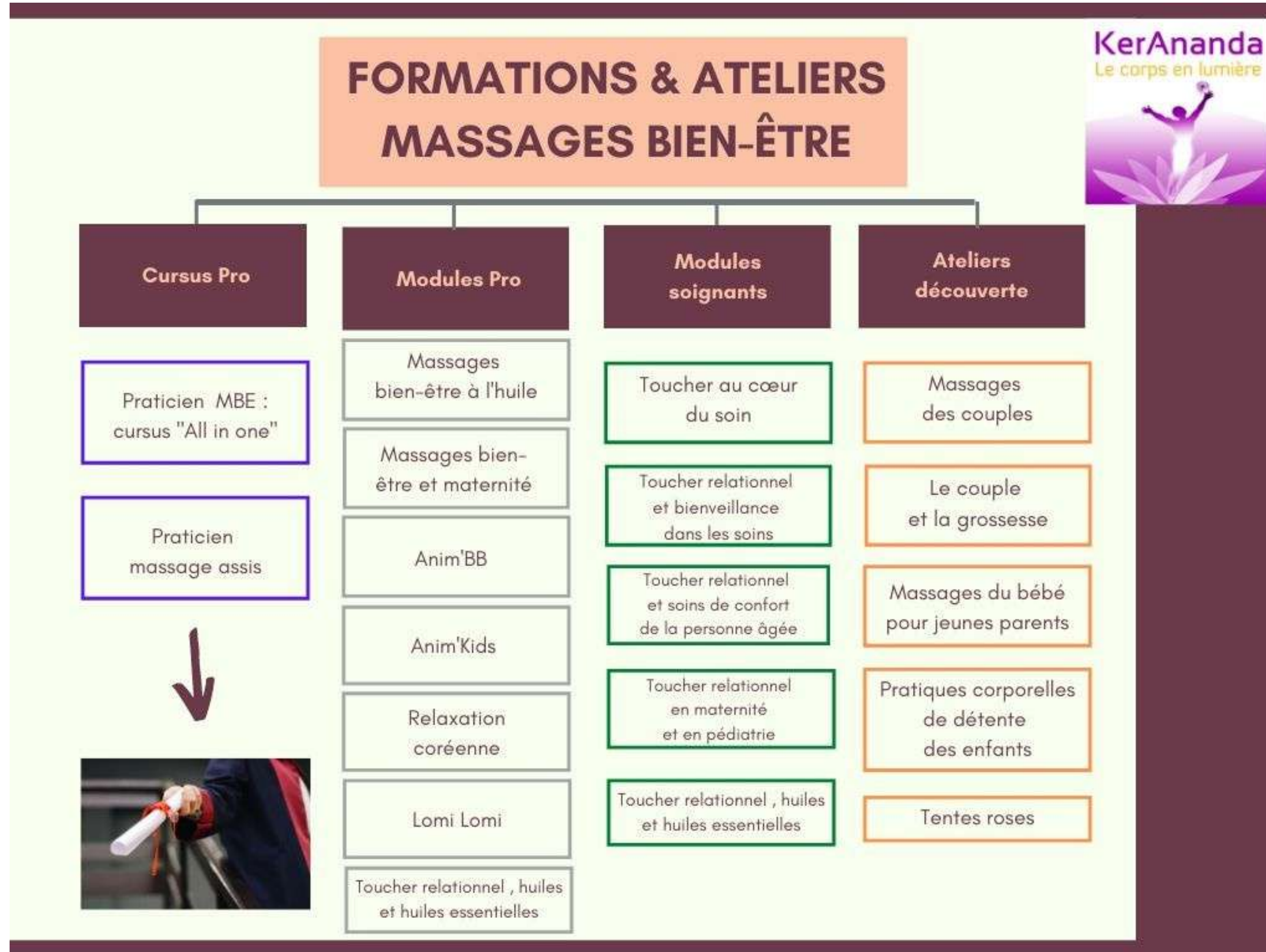
Formée aux massages-bien-être occidentaux (IFJS) et à l'ayurvéda, pratiquante de yoga, j'ai souhaité littéralement **faire de KerAnanda un pont entre deux cultures...** *Ker* signifie le village, le chez soi, la maison en breton... et *Ananda*, la béatitude, la joie de revenir à soi, de faire l'expérience de sa propre énergie créatrice (Sanskrit : आनन्द).

Praticienne certifiée à l'IFJS en 2001, et formatrice-facilitatrice certifiée en 2011, **j'ai créé KerAnanda en 2008, en portage salarial**, après de longues années de vie à Paris, en centre Bretagne et de nombreux voyages en Asie. Je suis installée à Rennes depuis 2013.

Pendant près de 15 ans, j'ai fait partie de l'équipe pédagogique permanente de Joël Savatofski, créateur de l'IFJS. Outre KerAnanda, **j'interviens aussi depuis 2011 comme formatrice** pour différentes structures – hôpitaux, écoles, centres de loisirs et des organismes de formation (IFJS, APC Hydiac, Iperia Bretagne compétences, Santé services Fondation...).



LES MODULES PROPOSÉS À L'ANNÉE



LES ATELIERS DÉCOUVERTE



Je vous propose tout au long de l'année des ateliers du bien-être visent à vous transmettre en quelques heures, parfois une journée ou un week-end les **gestes de base du massage-bien-être à pratiquer à la maison, en couple et en famille.**

Ces ateliers n'ont pas de visée professionnelle.

L'essentiel du matériel (tables, tapis de massage, huiles...) est fourni sur place, il est simplement conseillé de venir avec des vêtements souples et confortables, ainsi que de bonnes chaussettes et un grand drap de bain ou un paréo.

Pour réserver votre participation en atelier, vous trouverez sur la [page de pré-inscription](#) les formulaires à me renvoyer par courrier avec le chèque d'arrhes.

Vous bénéficierez d'un enseignement de qualité, toujours en petits groupes de 10 personnes maximum.

PRÉSENTATION

Construire une séance personnalisée avec les parents sur la base de la relation tactile déjà mise en place au quotidien depuis la naissance, guider le toucher, l'affiner, le développer en toute confiance et dans un contexte ludique. Les techniques proposées sont adaptées à chaque enfant, à son développement, ses besoins et les petits maux du nourrisson les plus fréquents.

FRÉQUENCE & DURÉE

Séance d'1h en famille sur RV à mon cabinet pour découvrir les techniques de massage habillé pour masser son bébé partout, à tout moment, des gestes de détente par le mouvement et les essentiels du massage à l'huile du nourrisson.

TARIFS

65 € par séance individuelle

Offert : vidéo de révision de la séance sur ma plate-forme de FOAD

Pour aller plus loin : FOAD sur le massage à l'huile du nourrisson

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- une serviette de toilette pour installer confortablement son bébé et lui rappeler une odeur familière
- de quoi le changer (parfois plusieurs fois...)
- de quoi nourrir votre bébé, les séances donnent faim et soif
- éventuellement, les produits de massage que vous aimez utiliser.



S'inscrire

PRÉSENTATION

Initier pour nos filles des temps de parole et d'écoute, de détente corporelle, d'approches créatives en cette période essentielle de leur vie qu'est la puberté.

Inspirées de l'approche des « tentes rouges », les « tentes roses » s'adressent tout particulièrement aux jeunes filles de 9 à 13/15 ans.

FRÉQUENCE & DURÉE

De 17h à 19h, un vendredi par trimestre, sur pré-inscription :

- en 2020 : 11 décembre
- en 2021 : 12 mars, 4 juin

TARIFS

25 € si c'est le premier cercle – arrhes 15 €

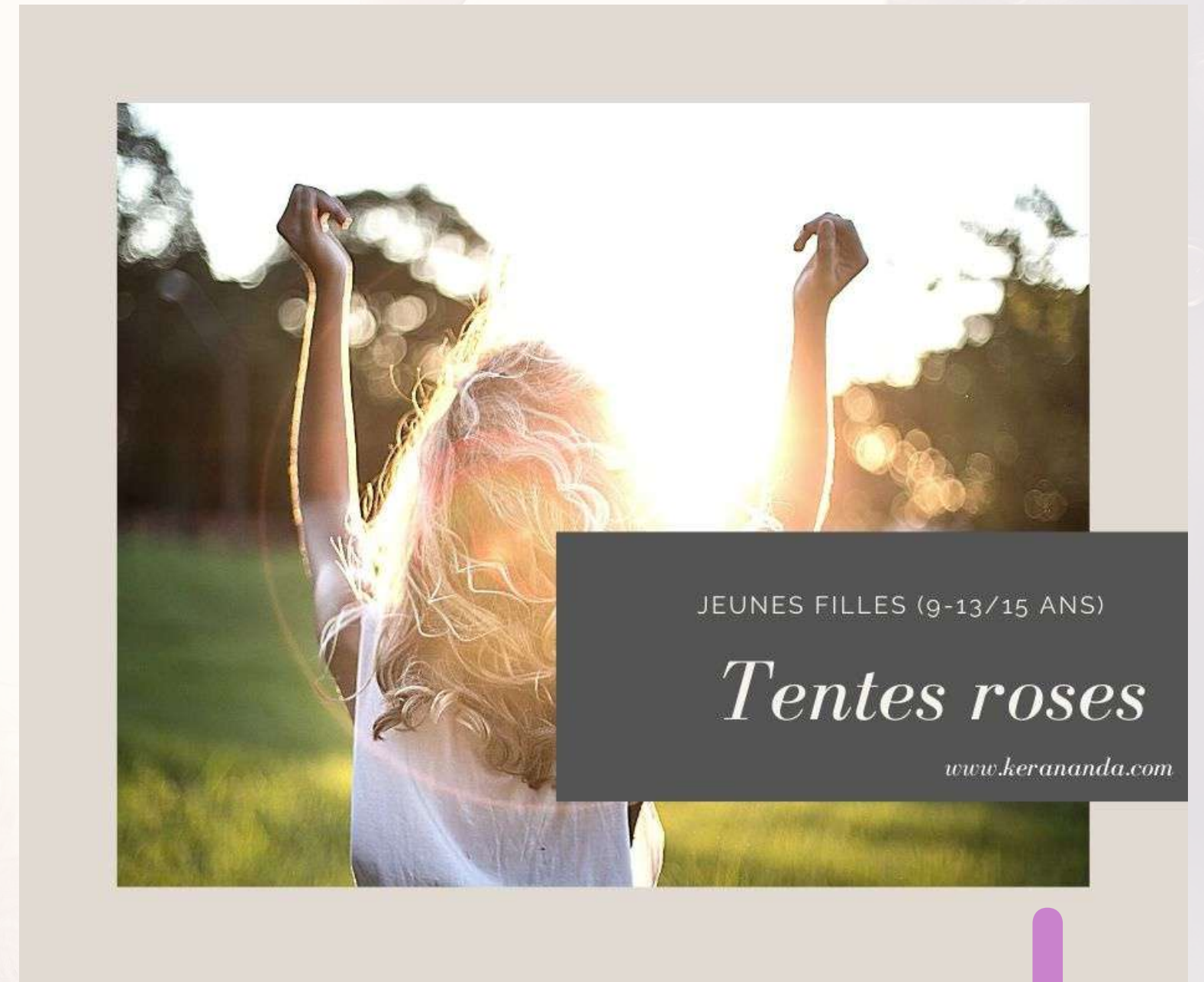
15 € si c'est le 2e cercle ou plus

Offert : à la première participation, un kit de protections et un livre

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Venir vêtue d'une tenue souple et confortable

Matériel à apporter : une couverture pour vous cocooner



JEUNES FILLES (9-13/15 ANS)

Tentes roses

www.kerananda.com

S'inscrire



PRÉSENTATION

Cinq samedis de l'année, venez dans un cadre convivial acquérir les gestes essentiels vous permettant de vous masser à la maison, sans fatigue et avec une belle fluidité !

Chaque séance est consacrée à une thématique différente (dos, jambes, visage, pieds/mains...) et autonome.

FRÉQUENCE & DURÉE

De 16h à 20h, cinq samedis par an, sur pré-inscription :

- en 2020 : 10 octobre, 12 décembre
- en 2021 : 20 mars, 17 avril, 12 juin

TARIFS

95 € par couple – arrhes 45 €

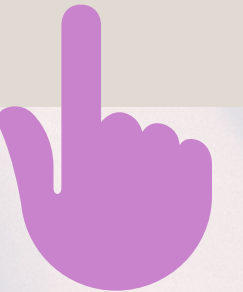
Offert : vidéo de révision des acquis sur ma plate-forme de FOAD

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- une grande serviette de toilette/paréo par personne
- maillot de bains 2 pièces/lingerie ne craignant pas l'huile/lingerie jetable
- huile de massage si vous le souhaitez (disponible sur place)



S'inscrire



LES CURSUS PROFESSIONNELS



Vous souhaitez exercer comme praticien en massages bien-être et/ou en massage assis dans le cadre d'un projet d'installation professionnelle ou de reconversion ?

Formatrice-facilitatrice certifiée, je vous propose au long de l'année **deux cursus complets pour exercer le métier de praticien** :

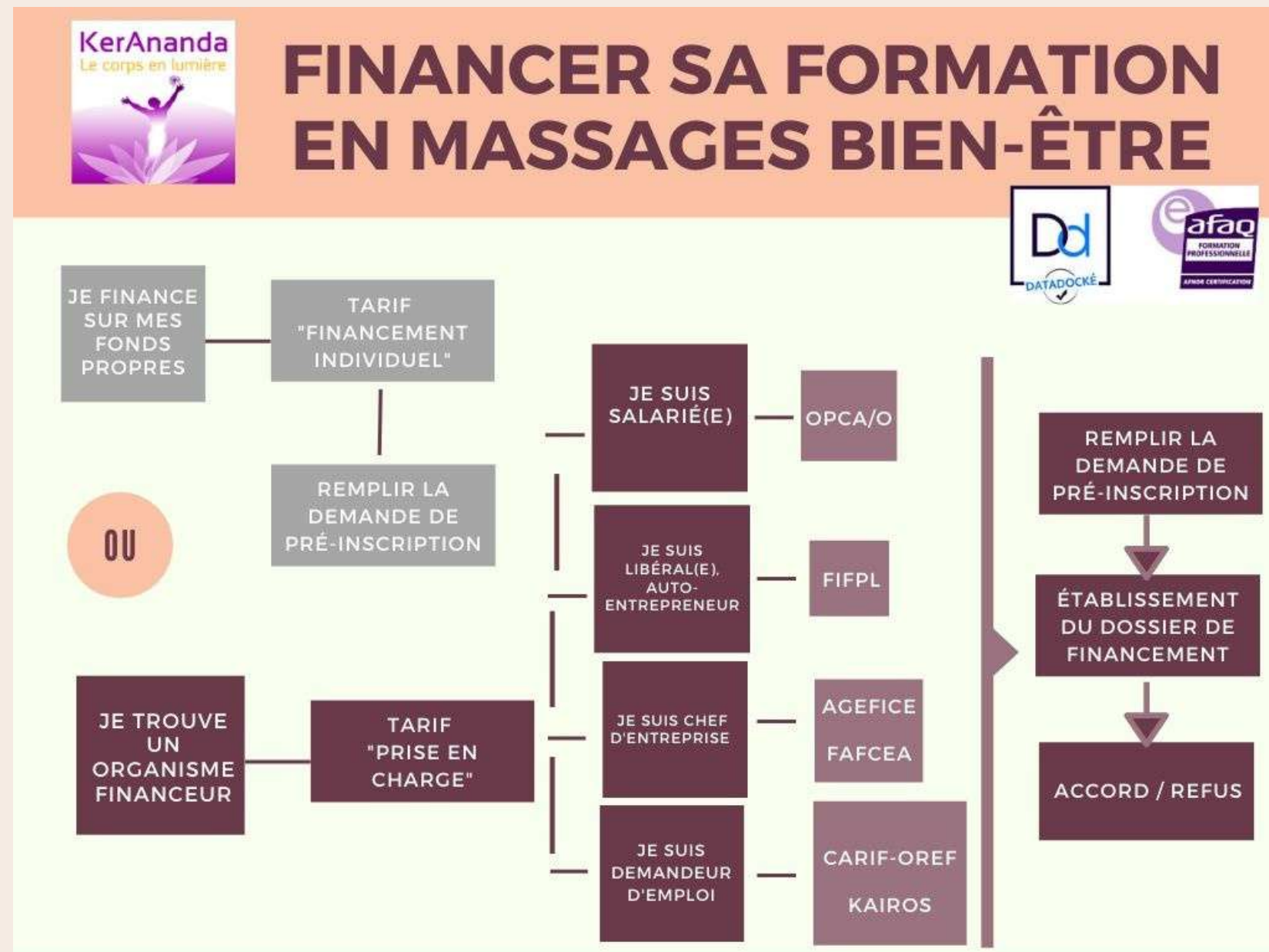
- un cursus court visant une installation comme praticien de massage assis,
- un cursus long "tout en un" visant une installation comme praticien en massages-bien-être.

Ces deux cursus peuvent relever de dispositifs de **prise en charge** (Data-dock et e-Afaq). Vous trouverez sur la page suivante et sur le site une information détaillée sur les financements auxquels prétendre en fonction de votre statut.

Lors des formations, l'essentiel du **matériel est fourni sur place** (tables, tapis de massage, huiles...). Il vous est simplement conseillé de venir avec des vêtements souples et confortables, ainsi qu'un grand drap de bain.

Pour réserver votre participation, vous trouverez sur la page de pré-inscription les formulaires à me renvoyer par e-mail. Une fois inscrits, un document vous sera adressé avant la formation résumant toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin : modalités d'accès, hébergements alentours, restauration pour le midi...

MODALITÉS PRATIQUES



Lorsque qu'un centre de formation a validé son **datadock**, il devient référençable par les financeurs. Les formations proposées par KerAnanda dans le cadre des prestations de portage salariale validées par IES sont data-dockées.

Afin de me permettre de remplir votre demande de prise en charge, merci de m'adresser par e-mail la fiche de pré-inscription pour le module souhaité en prenant soin de **bien faire figurer toutes les informations qui concernent votre organisme financeur** : numéro de dossier, nom de votre interlocuteur, adresse complète, e-mail et numéro de tel.

Sur la base de ces informations, je vous établirai le **dossier complet** de la formation que je vous renverrai en PDF par e-mail avec devis, programme, mon CV, le règlement intérieur des formations et la convention de formation indiquant les dates de session et de règlements. Vous pourrez ainsi transmettre ensuite le dossier complet à votre organisme financeur.

Votre dossier sera ensuite traité par l'organisme financeur. Un grand merci à vous de m'adresser ensuite par e-mail leur **accord de prise en charge**. Ce document me sera précieux pour obtenir le règlement à l'issue de la formation.

DESCRIPTIF

Technique de massage assis sur chaise ergonomique :

- protocoles en 20', 15', 10' et 6/8'
- adaptation aux diverses situations de durées, de lieux (intérieur, extérieur...), de personnes (enfants, femmes enceintes, personnes en surcharge pondérale, problèmes de santé...).

SPÉCIFICITÉS

- Support de révision vidéo sur ma plate-forme de FOAD
- Coaching à la carte sur six mois d'accompagnement au projet
- Réseau d'opportunités professionnelles
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

6 journées de formation + 1 jour de stage pratique :

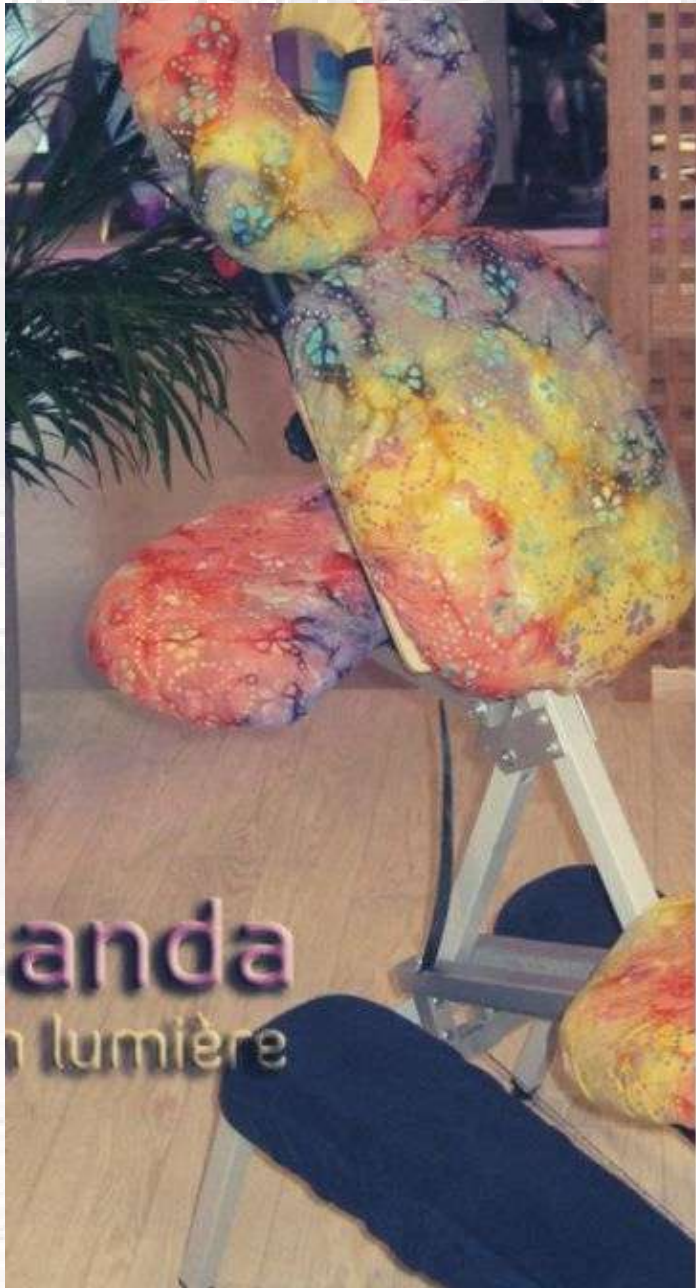
- Niv 1 : 28&29 sept 2020, 17&18 mai 2021
- Niv 2 : 23&24 novembre 2020, 14&15 juin 2021
- Niv 3 : 14&15 décembre 2020, 5&6 juillet 2021

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en trois fois : 1040 € – Arrhes : 312 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1804919F) : 1690 € – Arrhes 507 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Venir vêtu d'une tenue souple et confortable



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

**MASSAGE
ASSIS**

2 sessions par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire



DESCRIPTIF

Acquérir les compétences techniques et relationnelles en massages bien-être, et savoir les adapter à tous les publics (H/F/maternité, personnes en situation de handicap, adolescents, enfants, bébé) en proposant : massage bien-être du corps complet à l'huile sur table, relaxation coréenne (technique au sol) et massage sur chaise ergo.

SPÉCIFICITÉS

- Une formation All-in-one, "tout en un"
- Des modules d'accompagnement au projet : installation, communication, relation clientèle
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

35 journées de formation + 1 jour de stage pratique
Détail en page suivante

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en cinq fois : 5820 € – Arrhes : 1746 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 2001576F) : 8525 € – Arrhes : 2558 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- une grande serviette de toilette/paréo
- maillot de bains 2 pièces/lingerie ne craignant pas l'huile/lingerie jetable
- huile de massage si vous le souhaitez (disponible sur place)

KerAnanda | 2020 - 2021



MASSAGE ASSIS
3 modules de 2 jours
1 jour de pratique

RELAXATION CORÉENNE
2 modules de 2 jours

MATERNITÉ
1 module de 2 jours

MASSAGES DU BÉBÉ
1 module de 2 jours

DÉTENTE CORPORELLE DES ENFANTS
1 module de 2 jours

FORMATION PROFESSIONNELLE

PRATICIEN MASSAGES BIEN-ÊTRE

35 jour par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM
contact@kerananda.com

S'inscrire



CALENDRIER DÉTAILLÉ

- **Massage à l'huile**, 10 jours de formation + 2 journées de stage pratique :
 - en 2020 : 5&6 octobre (niv 1) puis 16&17 novembre (niv 2) puis 7&8 décembre (niv 3)
 - en 2021 : 1er&2 février (niv 1) puis 8&9 mars (niv 2) puis 12&13 avril (niv 3) puis 3&4 mai (niv 4) puis 7&8 juin (niv 5)
- Détente en entreprise & **massage assis**, 6 jours de formation + 1 journée de stage pratique :
 - en 2020 : 28&29 septembre (niv 1) puis 23&24 novembre (niv 2) puis 14&15 décembre (niv 3)
 - en 2021 : 17&18 mai (niv 1) puis 14&15 juin (niv 2) puis 5&6 juillet (niv 3)
- **Anim'bébés**, 2 jours pour apprendre à animer des ateliers de massage du bébé avec les parents :
 - en 2020 : 12&13 octobre
 - en 2021 : 11&12 janvier, 26&27 avril
- **Anim'kids**, 3 jours pour apprendre à animer des ateliers de massage des enfants :
 - en 2021 : 1er au 3 mars, 28 au 30 juin
- **Massages et maternité**, 3 jours autour du massage de la femme enceinte, des ateliers pour les couples pendant la grossesse, du massage de la femme en postnatal :
 - en 2021 : 22 au 24 mars, 21 au 23 juin
- **Relaxation coréenne**, 4 jours d'acquisition de la technique pour proposer des séances individuelles :
 - en 2020 : 9&10 nov (niv 1), 3&4 dec (niv 2)
 - en 2021 : 15&16 février (niv 1), 15&16 mars (niv 2)
- Module d'**accompagnement à la démarche commerciale**, 2 jours :
 - en 2020 : 2&3 nov
 - en 2021 : 29&30 mars
- Module d'**accompagnement à la communication**, 2 jours :
 - en 2020 : 30 nov & 1er dec
 - en 2021 : 19&20 avril
- Module d'**accompagnement à la relation en clientèle**, 2 jours :
 - en 2021 : 25&26 janv, 10&11 mai



FORMATION PROFESSIONNELLE

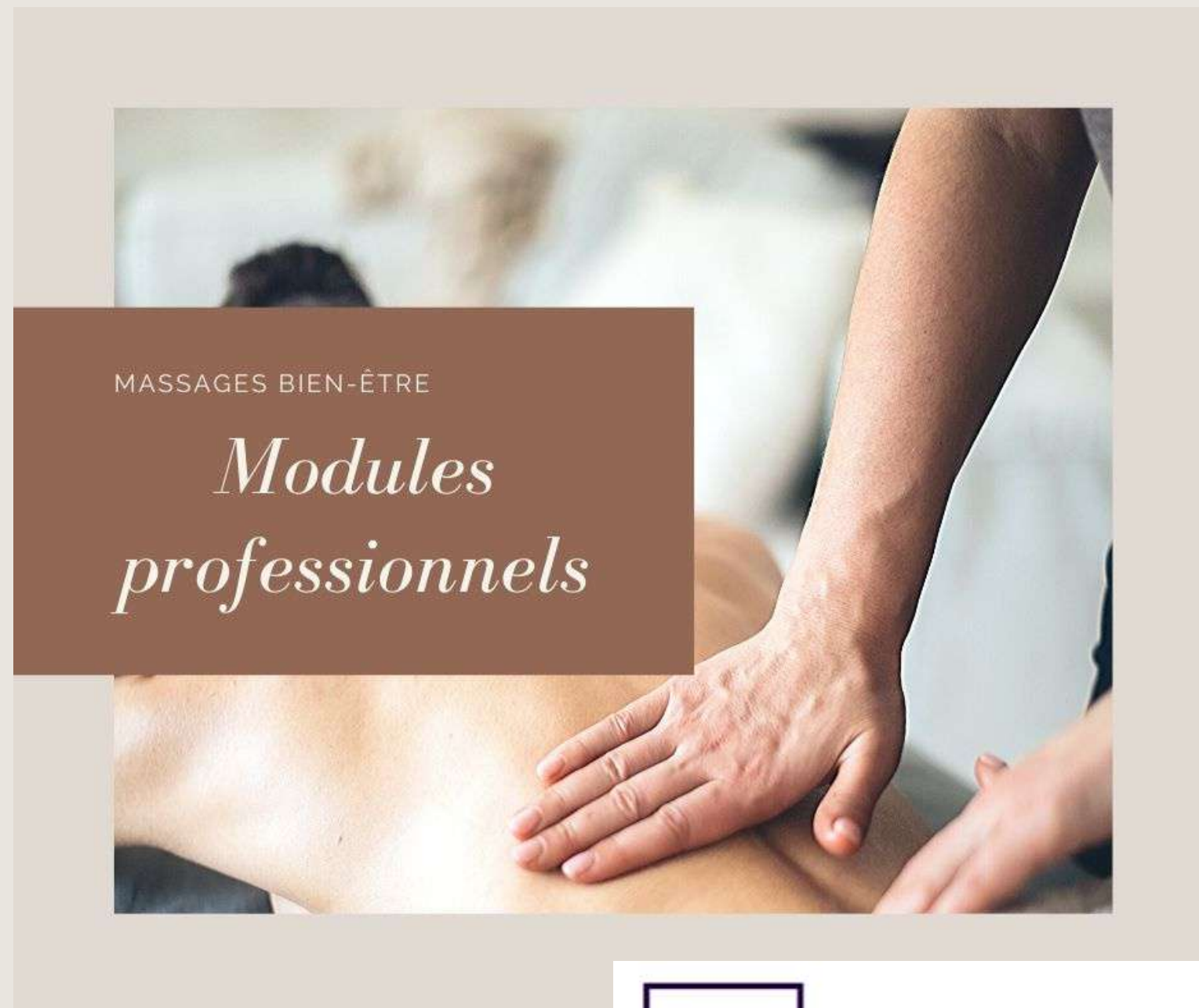
PRATICIEN MASSAGES BIEN-ÊTRE

35 jour par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM
contact@kerananda.com



LES MODULES PROFESSIONNELS



Vous êtes déjà installé comme praticien mais, après plusieurs années de pratiques, vous souhaitez vous former à des **techniques complémentaires** ou **vous orienter vers de nouveaux publics** ?

Vous trouverez, je l'espère, votre bonheur au sein de ces modules professionnels et/ou des modules de formations en ligne.

Formatrice-facilitatrice certifiée, je vous propose au long de l'année sept modules pour enrichir vos compétences. Tous peuvent relever de **dispositifs de prise en charge** (Data-dock et e-Afaq). Vous trouverez en page 10 et sur le site une information détaillée sur les financements auxquels prétendre en fonction de votre statut.

Lors des formations, l'essentiel du matériel est fourni sur place (tables, tapis de massage, huiles...). Il vous est conseillé de venir avec des vêtements souples et confortables, ainsi qu'un grand drap de bain.

Pour réserver votre participation, vous trouverez sur la page de pré-inscription les formulaires à me renvoyer par e-mail. Une fois inscrits, un document vous sera adressé avant la formation résumant toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin : modalités d'accès, hébergements alentours, restauration pour le midi...

DESCRIPTIF

Concevoir et mettre en œuvre une séance personnalisée de massage bien-être à l'huile, comprenant une diversité de gestes professionnels structurés en protocoles sur le corps dans son ensemble, garantissant la demande du client.

SPÉCIFICITÉS

- Assurer une posture respectueuse, dans le souci d'une juste distance
- Développer sa qualité de présence et son intention du toucher
- Faire preuve de créativité
- Développer des techniques d'écoute active en séance individuelle

CALENDRIER

10 journées de formation +2 jours de stage pratique :

- Niv 1 : 5&6 octobre 2020, 1er&2 février 2021
- Niv 2 : 16&17 novembre 2020, 8&9 mars 2021
- Niv 3 : 7&8 décembre 2020, 12&13 avril 2021
- Niv 4 : 3&4 mai 2021
- Niv 5 : 7&8 juin 2021

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en trois fois : 1630 € – Arrhes : 489 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 2001575F) : 2430 € – Arrhes : 729 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- une grande serviette de toilette/paréo
- maillot de bains 2 pièces/lingerie ne craignant pas l'huile/lingerie jetable

KerAnanda | 2020 - 2021



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

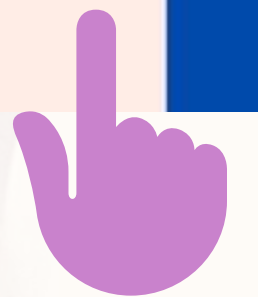
**MASSAGES
À L'HUILE**

2 sessions par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire



DESCRIPTIF

Accompagner par le massage les étapes fondamentales de la maternité : massage de la femme enceinte pendant la grossesse sur table à l'huile en position latérale et au sol sur futon, massage en postnatal sur table à l'huile, gestes de détente à transmettre aux couples pendant la grossesse.

SPÉCIFICITÉS

- Groupes de 8 élèves au maximum
- Supports de révision vidéo sur ma plate-forme de FOAD
- Apprendre à concevoir des séances et ateliers d'accompagnement sur-mesure : femmes enceintes, couples pendant la grossesse
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

- 3 journées de formation, ouvert aux praticiens MBE déjà certifiés :
- en 2021 : 22 au 24 mars, 21 au 23 juin

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en deux fois : 565 € – Arrhes : 170 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1901605F) : 745 € – Arrhes : 224 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- coussin d'allaitement (forme traversin plutôt que demi-lune)
- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- une grande serviette de toilette/paréo
- maillot de bains 2 pièces/lingerie ne craignant pas l'huile/lingerie jetable
- huile de massage si vous le souhaitez (disponible sur place)



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

**MASSAGES
& MATERNITÉ**

2 sessions par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire

DESCRIPTIF

Animer des séances d'initiation aux massages du bébé, de la naissance à 1 an, en individuel pour les jeunes parents ou en groupe, en s'appuyant sur trois grandes techniques : des massages habillés en pressions douces, du baby yoga, des massages à l'huile.

SPÉCIFICITÉS

- Découvrir d'autres approches que le massage à l'huile
- Supports de révision vidéo sur ma plate-forme de FOAD
- Formation en présentiel et/ou en distanciel : plate-forme de FOAD
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER EN PRÉSENTIEL

- 2 journées de formation :
- en 2020 : 12 & 13 octobre
 - en 2021 : 11&12 janvier, 26&27 avril

TARIFS & MODALITÉS EN PRÉSENTIEL

- Financement individuel : 375 € – Arrhes : 113 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1804918F) : 490 € – Arrhes : 147 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- poupon d'entraînement
- petite serviette de toilette

KerAnanda | 2020 - 2021



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

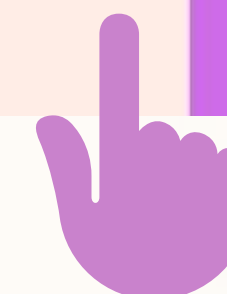
ANIM'BB

2 sessions par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire



DESCRIPTIF

Animer des séances de détente corporelle des enfants et des adolescents, en groupes, en mode parents-enfants, en milieu scolaire, à l'occasion d'un atelier unique ou d'ateliers suivis.

SPÉCIFICITÉS

- *Être zen pour mieux apprendre*, paru chez Hatier en sept 2019
- Concevoir des programmes sur-mesure adaptés aux lieux d'animation et aux publics
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé Facebook)

CALENDRIER

- 3 journées de formation :
- en 2020 : 17 au 19 février, 8 au 10 juin
 - en 2021 : 1er au 3 mars, 28 au 30 juin

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en deux fois : 545 € – Arrhes : 164 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1804971F) : 745 € – Arrhes : 224 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- foulard de type cheich, long, en coton
- petite serviette de toilette



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

ANIM'KIDS

2 sessions par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM
contact@kerananda.com

S'inscrire

DESCRIPTIF

Réaliser une séance de grande détente au sol, habillé, adaptée sur-mesure à la personne en maîtrisant les techniques spécifiques de déplacements au sol, de pressions douces, d'étirements, de vibrations et de mobilisations douces et passives.

SPÉCIFICITÉS

- Adaptations de la techniques aux femmes enceintes, aux enfants
- Protocole aux foulards
- Adaptation de la technique sur table de massage
- Supports de révision vidéo sur ma plate-forme de FOAD
- Formation en présentiel et/ou en distanciel : plate-forme de FOAD

CALENDRIER

- 4 journées de formation
- en 2020 : 9&10 nov (niv 1), 3&4 dec (niv 2)
 - en 2021 : 15&16 février (niv 1), 15&16 mars (niv 2)

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en deux fois : 695 € – Arrhes : 209 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1804973F) : 985 € – Arrhes : 296 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- foulard en coton assez long type cheich

KerAnanda | 2020 - 2021



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

**RELAXATION
CORÉENNE**

2 sessions par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire



DESCRIPTIF

Acquérir la technique caractéristique de base du lomi lomi, issu des techniques polynésiennes, massage puissant et enveloppant, « aussi fluide et rythmé que la danse des vagues sur le sable ».

Il se compose notamment d'un travail spécifique des avant-bras, « Lomi » signifiant masser, frotter, presser, pétrir, caresser.

SPÉCIFICITÉS

- Créer son protocole de massage personnalisé
- Des groupes de 8 personnes maximum

CALENDRIER

- 2 journées de formation, ouvert aux praticiens MBE déjà certifiés :
- en 2021 : 1er et 2 juillet

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel : 395 € – Arrhes : 119 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1904811F) : 510 € – Arrhes : 153 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- une grande serviette de toilette/paréo
- maillot de bains 2 pièces/lingerie ne craignant pas l'huile/lingerie jetable
- huile de massage si vous le souhaitez (disponible sur place)



S'inscrire

DESCRIPTIF

Initiation sensorielle visant à transmettre aux professionnels les fondamentaux concernant les huiles végétales, les hydrolats et les huiles essentielles.

Ateliers pratiques de réalisation d'huiles de massage et mise en oeuvre de gestes placés en présence, avec rapidité et simplicité.

SPÉCIFICITÉS

- Travail en binômes avec ressentis mutuels pour chaque exercice
- Alternance de temps de théorie, de pratiques, de temps de paroles

CALENDRIER

- 3 journées de formation, ouvert aux praticiens MBE déjà certifiés :
- en 2021 : 8 au 10 février

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en deux fois : 595 € – Arrhes : 179 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1904801F) : 745 € – Arrhes : 224 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- Venir vêtu d'une tenue souple et confortable
- Liste de produits communiquée avant la formation, achats en groupes possibles

KerAnanda | 2020 - 2021



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

**TOUCHER,
HUILES & HE**

1 session par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire



LES MODULES PROFESSIONNELS DÉDIÉS



Vous êtes soignant et souhaitez **remettre le toucher au cœur du soin** ? Intégrer dans vos gestes de soins et d'hygiène un Toucher relationnel et bienveillant ?

Formatrice-facilitatrice certifiée, je vous propose :

- des **modules sur site** pour former vos équipes directement au sein des établissements (hôpitaux, pôles gériatriques, maisons de convalescence...),
- des **modules destinés aux professions libérales**.

Ces cursus peuvent tous relever de dispositifs de **prise en charge** (Data-dock et e-Afaq acquis, Qualiopi en cours). Vous trouverez en page 10 et sur le site une information sur les financements.

Lors des formations sur site, il vous sera proposé d'apporter :

- des vêtements souples et confortables,
- le minimum de bijoux, notamment bagues et bracelets,
- un tapis de sol, une grande serviette/paréo, un oreiller

Le matériel de massage spécifique à la formation sera fourni. Tous ces modules sont réalisés avec un devis et un programme personnalisé.

DESCRIPTIF

Acquérir des gestes spécifiques de Toucher-Massage® :

- rendre le toucher relationnel, bienveillant, créateur de confiance à l'occasion d'un geste de soins qu'il soit invasif ou non, d'un geste d'hygiène, sans qu'il prenne plus de temps
- mises en applications pratiques : la toilette massante, le lever autrement, l'accompagnement au sommeil...

SPÉCIFICITÉS

- Apprendre à placer son poids du corps pour masser sans se fatiguer
- Acquérir un savoir-faire autant qu'un savoir être
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

- 2 journées , ouvert aux professionnels du soin :
- en 2021 : 18&19 janvier, 31 mai&1er juin

TARIFS & MODALITÉS

- Financement individuel, payable en deux fois : 395 € – Arrhes : 119 €
- Prise en charge (GREF Bretagne : 1904819F) : 510 € – Arrhes : 153 €

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Venir vêtu d'une tenue souple et confortable



**FORMATION
PROFESSIONNELLE**

**LE TOUCHER
AU CŒUR
DU SOIN**

1 session par an
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com

S'inscrire

DESCRIPTIF

Savoir relaxer un corps tendu par le stress ou l'anxiété, être en mesure de mieux accueillir et d'accompagner la souffrance et la détresse liées à la maladie, instaurer une relation plus authentique, plus humaine, plus « touchante » dans tous les sens du terme avec la personne dans sa globalité à chaque instant de soin.

SPÉCIFICITÉS

- Apprendre à placer son poids du corps pour masser sans se fatiguer
- Acquérir un savoir-faire autant qu'un savoir être
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

Les dates sont à définir avec la structure

Différents programmes de formation peuvent être proposés :

- Initiation 2 jours
- Initiation 2 jours + 1 journée de supervision un mois après
- Initiation 2 jours + perfectionnement 2 jours
- Initiation 2 jours + perfectionnement 2 jours + 1 journée de supervision

TARIFS & MODALITÉS

- Devis, dates d'intervention et programmes personnalisés sur demande.
- Prise en charge possible dans le cadre du Data-dock

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- des vêtements souples et confortables,
- de porter le minimum de bijoux, notamment bagues et bracelets,
- d'apporter un tapis de sol, une grande serviette/paréo, un oreiller

DEMANDE DE DEVIS

Cliquez-ici



**FORMATION
PROFESSIONNELLE
SUR SITE**

**TOUCHER
RELATIONNEL &
BIENVEILLANCE
DANS LES SOINS**

Sessions de 2, 3 et 4 jours
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com



DESCRIPTIF

Toucher massage de détente et de confort, inciter l'entourage en visite à maintenir la proximité, gestes douceur qui calment la douleur, facilitent le transit, diminuent l'anxiété, gestes pour accompagner la toilette, en association au bain thérapeutique, au lever, aux gestes de soins.

SPÉCIFICITÉS

- Apprendre à placer son poids du corps pour masser sans se fatiguer
- Massages-minute® entre soignants pour lutter contre le stress
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

Les dates sont à définir avec la structure

Différents programmes de formation peuvent être proposées :

- Initiation 3 jours + perfectionnement 2 jours
- Initiation 2 jours + perfectionnement 2 jours + 1 journée de supervision

TARIFS & MODALITÉS

- Devis, dates d'intervention et programmes personnalisés sur demande.
- Prise en charge possible dans le cadre du Data-dock

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- des vêtements souples et confortables,
- de porter le minimum de bijoux, notamment bagues et bracelets,
- d'apporter un tapis de sol, une grande serviette/paréo, un oreiller

DEMANDE DE DEVIS

Cliquez-ici



FORMATION PROFESSIONNELLE SUR SITE

TOUCHER RELATIONNEL SOINS DE CONFORT DE LA PERSONNE ÂGÉE

Sessions de 2, 3 ou 4 jours
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com



DESCRIPTIF

Savoir relaxer une future maman en travail, une opérée, un nouveau-né, un enfant ou un adolescent, avoir une attitude « reposante », confiante, douce de la personne en toute situation, mettre en place une écoute active des besoins des patients, conduire de courts ateliers d'initiation au massage du bébé ou à la détente des enfants.

SPÉCIFICITÉS

- Apprendre à placer son poids du corps pour masser sans se fatiguer
- Lire le langage non verbal, acquérir des qualités d'empathie, de bienveillance
- Communauté d'anciens élèves (groupe privé FaceBook)

CALENDRIER

Les dates sont à définir avec la structure

Différents programmes de formation peuvent être proposés :

- Initiation 2 jours + perfectionnement 2 jours
- Initiation 2 jours + perfectionnement 2 jours + 1 journée de supervision
- Initiation 3 jours + perfectionnement 1 jour

TARIFS & MODALITÉS

- Devis, dates d'intervention et programmes personnalisés sur demande.
- Prise en charge possible dans le cadre du Data-dock

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- des vêtements souples et confortables,
- de porter le minimum de bijoux, notamment bagues et bracelets,
- d'apporter un tapis de sol, une grande serviette/paréo, un oreiller

DEMANDE DE DEVIS

Cliquez-ici



**FORMATION
PROFESSIONNELLE
SUR SITE**

**TOUCHER
RELATIONNEL
MATERNITÉ &
PÉDIATRIE**

Sessions de 3 ou 4 jours
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com



LES MODULES POUR L'ENTREPRISE



Être détendu au travail, c'est l'apprentissage d'une **valeur ajoutée** en termes de confort, de sécurité, de vigilance, de rythmes, de fatigue au quotidien... ou comment contribuer par le bien-être du corps et du mental à envisager de nouveaux modes relationnels, de meilleures positions de travail et retrouver le sourire ! Le cœur est heureux, sa variabilité plus grande, la résistance au stress est accrue et l'énergie vitale des participants, mais aussi de toute l'entreprise, est maximisée : le **mieux-être individuel sert le collectif**.

Initialement diplômée de l'Edhec, anciennement cadre en entreprise, formatrice-facilitatrice certifiée, c'est fort de cette expérience de terrain que je vous propose des **formations courtes, adaptées à l'environnement professionnel** :

- des gestes de détente « minute et ludique » à pratiquer une fois formé, habillé, seul, en duo le temps d'une pause-café ou d'un déjeuner,
- pas de théorie ni de nudité, pas de matériel autre que celui d'un bureau.

Cette approche peut relever de dispositifs de **prise en charge** (Data-dock et e-Afaq acquis, Qualiopi en cours). Vous trouverez en page 10 et sur le site une information sur les financements.

Le matériel de massage spécifique à la formation sera fourni.

DESCRIPTIF

Acquérir des outils et clefs de compréhension pour appréhender autrement le stress au travail, prendre soin de son corps et de son bien-être mental, mieux gérer ses émotions, identifier des outils contribuant au lâcher-prise, acquérir des techniques de centrage et de concentration, développer la confiance, l'estime de soi et nourrir ainsi une culture d'entreprise de la qualité de vie et du mieux-être au travail.

SPÉCIFICITÉS

- Groupes de 12 personnes maximum
- Outils variés en position debout, assis, allongé : ergonomie de la posture, siestes minute, cohérence cardiaque, respirations, auto-massages...

CALENDRIER

Les dates sont à définir avec la structure
Différents programmes de formation peuvent être proposés :

- Initiation 2 jours
- Initiation 2 jours + 1 journée de supervision un mois après
- Initiation 2 jours + perfectionnement 2 jours + 1 journée de supervision

TARIFS & MODALITÉS

- Devis, dates d'intervention et programmes personnalisés sur demande.
- Prise en charge possible dans le cadre du Data-dock

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- des vêtements souples et confortables,
- de porter le minimum de bijoux, notamment bagues et bracelets

DEMANDE DE DEVIS

Cliquez-ici



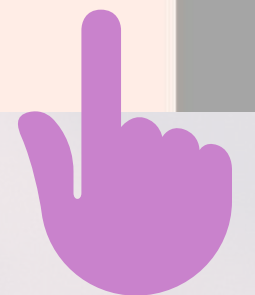
FORMATION PROFESSIONNELLE SUR SITE

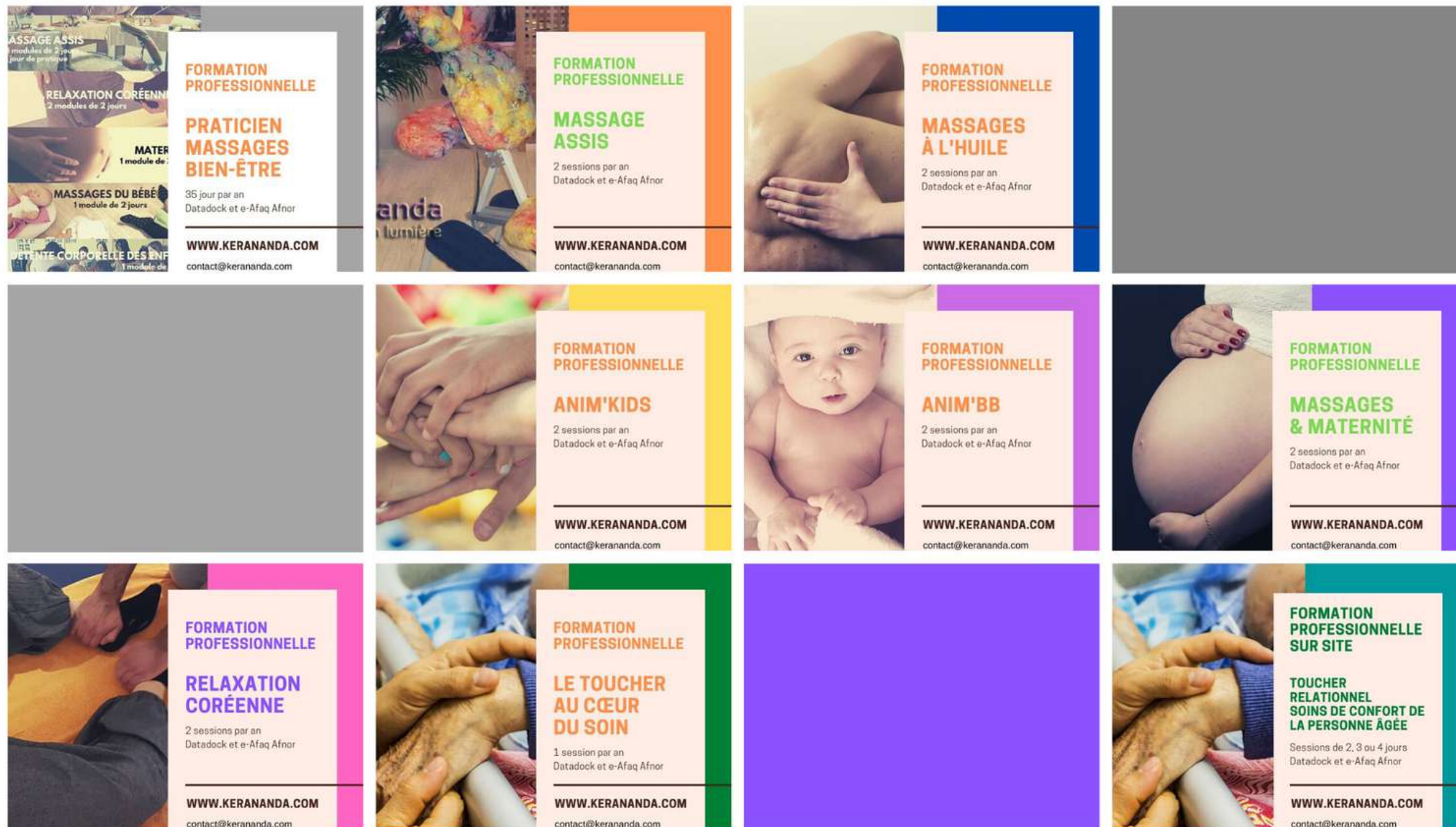
BOÎTE À OUTILS SPÉCIALE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

Sessions de 2, 3 ou 4 jours
Datadock et e-Afaq Afnor

WWW.KERANANDA.COM

contact@kerananda.com





2020-2021

FORMATIONS KERANANDA

www.kerananda.com



Praticienne, formatrice, auteure

WWW.KERANANDA.COM

CONTACTEZ-MOI

Adresse postale

18, bd Alexis Carrel
35700 Rennes

Contacts et réseaux

contact@kerananda.com
www.kerananda.com
[Facebook](#) - [LinkedIn](#) - [Twitter](#)
[Instagram](#) - [YouTube](#)

Numéros de téléphone

02 99 27 47 53
06 14 89 62 33