

Livret d'accueil

Les marchés sur lesquels se positionnent **Institut de Relaxation Thérapeutique**

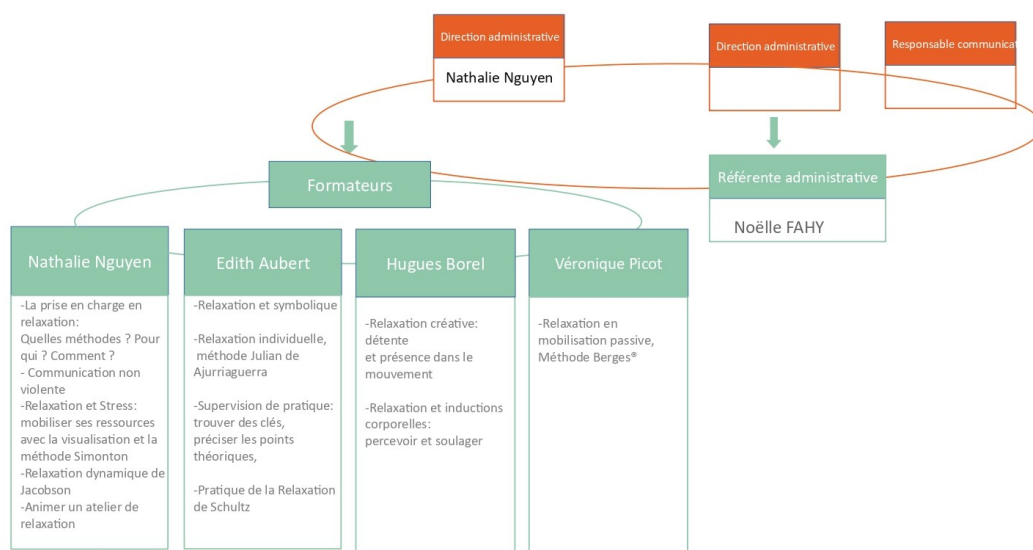
- Formations réalisées directement pour des clients (entreprises, collectivités, particuliers...)
- Formations réalisées en sous-traitance pour d'autres organismes de formations
- Formations attribuées dans le cadre d'appel d'offre

Les actions de formation continue concernent les professionnels du soin, de la relation d'aide, du médico social, de l'éducation,...

Les thèmes de formation

Approche à médiation corporelle : relaxation, régulation émotionnelle

ORGANIGRAMME



V2-12/06/2025

1-Référence document : Version 2- 13 /06 /2025

Institut de Relaxation Thérapeutique - Nathalie Nguyen

4, rue de Landal - 14113 Villerville @: contact@institut-relaxation.fr – T : 06 62 27 81 02

SIRET : 384 577 490 00046 - Code APE : 8559A - OF certifié Qualiopi pour les actions de formation

Assurance MAAF Contrat Multirisque Professionnelle : 14087908 S 001

Organisme de formation enregistré sous le N° 28 14 04117 14 . Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

Moyens pour réaliser les formations

- Salles de formation équipées de tapis de sol, coussins, paper board
- Espace AGORA
75015 Paris

Règlement intérieur en annexe

Références clients

Lors des enquêtes de satisfaction réalisées entre 3 mois et 6 mois après la formation, il est demandé aux clients de nous autoriser à utiliser leurs références.

Liste des OPCO référencement

La structure Institut de relaxation thérapeutique a pour vocation à être reconnue par les OPCO et référencée chez ceux-ci.

Qualité et certification QUALIOP

Politique Qualité

La qualité de nos prestations de formation est assurée par :

- Les bonnes pratiques professionnelles
- La qualité des services fournis à nos clients
- La satisfaction des exigences réglementaires et légales
- La connaissance et l'application des dispositions définies dans la démarche qualité.

L'équipe de Institut de relaxation thérapeutique est responsable de l'animation et de la démarche Qualité. Elle veille à sensibiliser l'ensemble des acteurs afin de répondre aux exigences clients, et vérifie que les processus sont correctement utilisés.

Amélioration Continue

La finalité de la démarche qualité est la satisfaction des clients. La politique qualité se concentre sur le haut niveau de qualité de ses formations, sur l'écoute client et sur la réactivité de l'organisme de formation.

RELAXATION THÉRAPEUTIQUE

FORMATIONS 2025/26

Module : **SOCLE**

LA PRISE EN CHARGE EN RELAXATION: QUELLES MÉTHODES ? POUR QUI ? COMMENT ?

Découvrez les méthodes de relaxation et leurs spécificités.
Comment les choisir, les intégrer, les expliquer ?

2 jours | 14 heures

■ 19 au 20 Septembre 2025
■ 20 au 21 Mars 2026



LA RELAXATION DU TRAINING AUTOGÈNE DE SCHULTZ

Expérimentez la relaxation autogène de Schultz, son
potentiel thérapeutique, comprendre les bases théoriques
et son champ d'application (M1). Mettre en oeuvre et
ajuster sa posture. (M2)

7 jours | 49 heures

■ M1 : 16 au 20 Mars 2026
■ M2 : 25 au 26 juin 2026



RELAXATION CHEZ L'ENFANT INSPIRÉE DE LA MÉTHODE BERGES*

Intégrez la méthode Berges pour accompagner les enfants
et adolescents en souffrance psychologique étayées par
des situations cliniques concrètes.

5 jours | 35 heures

■ 6 au 10 Octobre 2025
■ 5 au 9 Octobre 2026



Module : **THÉMATIQUE**

RELAXATION ET STRESS: MOBILISER SES RESSOURCES AVEC LA VISUALISATION ET LA MÉTHODE SIMONTON

Utilisez les visualisations et la méthode du Dr Simonton pour
réguler les situations de stress, la douleur dans une démarche
d'autonomisation vers un meilleur équilibre psycho émotionnel.

5 jours | 35 heures

■ 6 au 10 Octobre 2025
■ 5 au 9 Octobre 2026



TOUCHER RELATIONNEL ET RELAXATION

Développez une approche non verbale pour renforcer
le lien aux ressentis, à la conscience corporelle en
construisant une relation bienveillante et respectueuse.

5 jours | 35 heures

■ 22 au 26 Septembre 2025
■ 30 Nov. au 4 Déc. 2026



RELAXATION CRÉATIVE: DÉTENTE ET PRÉSENCE DANS LE MOUVEMENT

Combinez les méthodes : relaxation dynamique, Vittoz,
Caycedo, danse des 5 éléments, Tai chi, pour favoriser le
lâcher prise, la conscience de soi et de l'autre.

5 jours | 35 heures

■ 9 au 13 Mars 2026



RELAXATION ET SYMBOLIQUE

Mettez en lumière l'univers symbolique qui émerge
en relaxation et construisez nos représentations.

5 jours | 35 heures

■ 12 au 16 Octobre 2026



RELAXATION PROGRESSIVE DE JACOBSON ET RELAXATION DYNAMIQUE

Intégrez des méthodes de relâchement et de contrôle
respiratoire volontaires qui focalisent l'esprit et le corps,
abaissant les sensations anxieuses dues aux postures
passives.

5 jours | 35 heures

■ 17 au 21 Novembre 2025
■ 23 au 27 Novembre 2026



Module : **INTRA**

ANIMER UN ATELIER DE RELAXATION

Transmettez des pratiques « flash », construisez un suivi
au long cours, du dynamique au statique en utilisant
toutes les potentialités des « relaxations » et leur
adaptabilité aux contextes, aux sujets.

5 jours | 35 heures

7 jours | 49 heures

■ 2 modules : 3 jours + 2 jours
■ 3 modules : 3 jours + 2 jours + 2 jours



ANALYSE DE PRATIQUE EN RELAXATION

Identifiez vos forces et vos axes d'amélioration dans
l'échange, et pratiquez la relaxation pour renouveler
votre pratique.

4 jours | 7 heures

■ 4 modules d'un jour



Module : **SUIVI INDIVIDUEL**

RELAXATION INDIVIDUELLE, MÉTHODE JULIAN DE AJURRIAGUERRA

Approfondissez votre compréhension des potentiels de la relaxation
en expérimentant la méthode de psychothérapie psychanalytique
corporelle.

12 heures étalées sur 5 jours

■ 26 au 30 Janvier 2026



Module : **SUPERVISION**

SUPERVISION DE PRATIQUE: TROUVER DES CLÉS, PRÉCISER LES POINTS THÉORIQUES, AJUSTER SA POSTURE

Bénéficiez de l'éclairage clinique et méthodologique sur
votre pratique de la relaxation.

2 jours | 14 heures

■ 16 au 17 Novembre 2025
■ 5 au 6 Novembre 2026



ANNEXE

REGLEMENT INTERIEUR

Institut de relaxation thérapeutique

ARTICLES L6352-3 ET R6352-1 à R6352-15 DU CODE DU TRAVAIL

ARTICLE 1 - Objet et champ d'application du règlement :

Le présent règlement s'applique à toutes les personnes participantes à une action de formation organisée par **Institut de relaxation thérapeutique**. Un exemplaire est remis à chaque stagiaire. Il rappelle les principales mesures relatives à l'hygiène et à la sécurité, les règles disciplinaires ainsi que la nature et l'échelle des sanctions pouvant être prises vis-à-vis des stagiaires qui y contreviennent et les garanties procédurales applicables lorsqu'une sanction est envisagée.

Personnel assujetti :

Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires et au personnel du centre. Chaque stagiaire est censé accepter les termes du présent contrat lorsqu'il suit une formation dispensée par **Institut de relaxation thérapeutique**.

Les dispositions du présent règlement sont applicables non seulement dans l'établissement proprement dit, mais aussi dans tout espace accessoire à l'organisme (parking, salle de cours, d'ateliers...). Chaque stagiaire est censé accepter les termes du présent contrat avant d'entrer en formation.

SECTION 1 : REGLES D'HYGIENE ET DE SECURITE

ARTICLE 2 - Principes généraux :

La prévention des risques d'accidents et de maladie est impérative et exige de chacun le respect :

- Des prescriptions applicables en matière d'hygiène et de sécurité sur les lieux de formation
- De toute consigne imposée soit par la direction de l'organisme de formation soit par le constructeur ou le formateur s'agissant notamment de l'usage des matériels mis à disposition.

Chaque stagiaire doit ainsi veiller à sa sécurité personnelle et à celle des autres en respectant, en fonction de sa formation, les consignes générales et particulières en matière d'hygiène et de sécurité.

S'il constate un dysfonctionnement du système de sécurité, il en avertit immédiatement la direction de l'organisme de formation.

Le non-respect des consignes expose la personne à des sanctions disciplinaires.

ARTICLE 3 - Consignes d'incendie :

Les consignes d'incendie et notamment un plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichés dans les locaux de l'organisme de manière à être connus de tous les stagiaires. Le stagiaire doit en prendre connaissance. En cas d'alerte, le stagiaire doit cesser toute activité de formation et suivre dans le calme les instructions du représentant habilité de l'organisme de formation.

Tout stagiaire est tenu de respecter scrupuleusement les consignes relatives à la prévention des incendies. Tout stagiaire témoin d'un début d'incendie doit immédiatement alerter un représentant de l'organisme de formation qui appellera **les secours en composant le 18 à partir d'un téléphone fixe ou le 112** à partir d'un téléphone portable. Il est interdit de fumer dans l'établissement. Il est interdit de déposer et de laisser séjourner des matières inflammables dans les escaliers, passages, couloirs, ainsi qu'à proximité des issues des locaux et bâtiments.

ARTICLE 4 - Boissons alcoolisées et drogues :

Il est interdit aux stagiaires de pénétrer ou de séjourner dans l'enceinte de l'établissement en état d'ivresse ou sous l'emprise de la drogue.

Il est également interdit d'introduire, de consommer, ou de distribuer dans les locaux des produits stupéfiants ou des boissons alcoolisées.

ARTICLE 5 - Interdiction de fumer :

En application du décret N° 92-478 du 29 mai 1992 fixant les conditions d'application de l'interdiction de fumer dans

les lieux affectés à un usage collectif, il est interdit de fumer dans les salles de cours et dans les ateliers.

Il est également interdit de jeter ses mégots sur les espaces extérieurs à l'établissement, un cendrier est réservé à cet effet.

ARTICLE 6 - Les installations sanitaires :

Des toilettes et lavabos sont mis à la disposition des stagiaires. Ces installations doivent être tenues en état constant de propreté.

ARTICLE 7 – Accident :

Le stagiaire victime d'un accident – survenu pendant la formation ou pendant le temps de trajet entre le lieu de formation et son domicile ou son lieu de travail – ou le témoin de cet accident avertit immédiatement la direction de l'organisme de formation. Tout stagiaire est tenu d'utiliser tous les moyens de protection individuels et collectifs mis à sa disposition pour éviter les accidents et respecter scrupuleusement les consignes particulières données par le formateur à cet effet.

SECTION 2 : DISCIPLINE GENERALE

ARTICLE 8 : Assiduité du stagiaire en formation

ARTICLE 8-1 - Horaires de formation :

Les horaires de stage sont fixés par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation et portés à la connaissance des stagiaires soit par voie d'affichage, soit à l'occasion de la remise au stagiaire du programme de stage. Les stagiaires sont tenus de respecter ces horaires de stage. La Direction se réserve, dans les limites imposées par les dispositions en vigueur, le droit de modifier les horaires de stage en fonction des nécessités de service. Les stagiaires doivent se conformer aux modifications apportées par la Direction aux horaires d'organisation du stage.

Le non-respect de ces horaires peut entraîner des sanctions.

ARTICLE 8-2 - Absences, retards ou départs anticipés :

En cas d'absence ou de retard au stage, les stagiaires doivent *avertir le formateur ou le secrétariat de l'organisme* qui a en charge la formation et s'en justifier. Par ailleurs, les stagiaires ne peuvent s'absenter pendant les heures de stage, sauf circonstances exceptionnelles avec accord de la Direction. Sauf, accord express de l'animateur, les stagiaires ne peuvent quitter la salle avant l'heure prévue, il veillera à sortir le plus discrètement possible afin de ne pas perturber le bon déroulement de la formation. En dehors des horaires de la formation (temps du déjeuner...) les stagiaires ne sont plus sous la responsabilité de l'organisme de formation. Ils assument leurs responsabilités en toute autonomie. Dans le cadre du plan de formation, lorsque les stagiaires sont des salariés, l'organisme doit informer préalablement l'entreprise par téléphone de ces absences. Toute absence ou retard non justifié par des circonstances particulières constitue une faute passible de sanctions disciplinaires.

En outre, pour les stagiaires demandeurs d'emploi rémunérés par l'Etat ou une région, les absences non justifiées entraîneront, en application de l'article R6341-45 du code du Travail, une retenue de rémunération proportionnelle à la durée des dites absences.

ARTICLE 8-3 - Formalisme rattaché au suivi de la formation :

Par ailleurs, les stagiaires sont tenus de remplir ou signer obligatoirement et régulièrement, la feuille d'émargements, au fur et à mesure du déroulement de l'action, l'attestation de présence individuelle, et l'évaluation de formation.

ARTICLE 9 - Accès aux locaux de formation :

Sans autorisation expresse de la direction, les stagiaires ne peuvent accéder ou demeurer dans les locaux que pour le déroulement des séances de formation. Il est interdit d'introduire dans les locaux des personnes étrangères à la formation, et des marchandises destinées à être vendues au personnel ou au stagiaire.

ARTICLE 10 Tenue et comportement :

Les stagiaires sont invités à se présenter à l'organisme en tenue vestimentaire correcte et à avoir un comportement et des attitudes garantissant le respect des règles élémentaires de savoir être et de savoir vivre à l'égard de toute

personne présente dans l'organisme, de manière à respecter la liberté et la dignité de chacun.

Dans le cadre des travaux pratiques, les stagiaires doivent appliquer strictement les consignes édictées par les formateurs pour leur sécurité et celle des autres stagiaires. Le formateur pourra, à son appréciation, exclure de la session de formation toute personne pouvant de par son comportement mettre en danger la sécurité des participants.

ARTICLE 11 - Utilisation du matériel :

Sauf autorisation particulière de la Direction de l'organisme de formation, l'usage du matériel de formation se fait sur les lieux de formation et est exclusivement réservé à l'activité de formation. L'utilisation du matériel à des fins personnelles est interdite. Le stagiaire est tenu de conserver en bon état le matériel qui lui est confié pour la formation. Il doit en faire un usage conforme à son objet et selon les règles délivrées par le formateur.

Le stagiaire signale immédiatement au formateur toute anomalie du matériel

ARTICLE 12 - Information, affichage et enregistrement :

Il est formellement interdit, sauf dérogation expresse, d'enregistrer ou de filmer les séances de formation.

ARTICLE 13 - Téléphone portable :

L'usage des téléphones portables est strictement interdit dans les salles de cours et l'atelier. Ils doivent être éteints pendant la séance de cours.

ARTICLE 14 - Méthodes pédagogiques et documentation :

Les méthodes pédagogiques et la documentation diffusée sont protégées au titre des droits d'auteur et ne peuvent être réutilisées autrement que pour un strict usage personnel, ou diffusées par les stagiaires sans l'accord préalable et formel du responsable de formation.

ARTICLE 15 - Responsabilités de l'organisme en cas de vol ou endommagement des biens personnels des stagiaires :

L'organisme décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration des objets personnels de toute nature déposés par les stagiaires dans son enceinte (salle de cours, ateliers, locaux administratifs, parcs de stationnement, vestiaires...).

SECTION 3 - MESURES DISCIPLAIRES

ARTICLE 16 : Sanctions disciplinaires :

Tout manquement du stagiaire à l'une des prescriptions du présent règlement intérieur pourra faire l'objet d'une sanction prononcée par le responsable de l'organisme de formation ou de son représentant.

Constitue une sanction au sens de l'article 6352-3 du code du travail toute mesure, autre que les observations verbales, prises par le responsable de l'organisme de formation ou de son représentant, à la suite d'un agissement du stagiaire considéré par lui, comme fautif, que cette mesure soit de nature à affecter immédiatement ou non la présence de l'intéressé dans le stage ou à mettre en cause la formation qu'il reçoit.

Les amendes ou autres sanctions pécuniaires sont interdites.

Selon la gravité du manquement constaté, la sanction pourra consister :

- Soit en un rappel à l'ordre
- Soit en un avertissement par écrit par le directeur de l'organisme de formation ou par son représentant
- Soit en une exclusion temporaire de la formation
- Soit en une exclusion définitive de la formation

L'exclusion du stagiaire ne pourra en aucun cas donner lieu au remboursement des sommes payées pour la formation.

Le responsable de la formation ou son représentant informe de la sanction prise :

- L'employeur du salarié stagiaire ou l'administration de l'agent stagiaire (uniquement quand la formation se réalise sur commande de l'employeur ou de l'administration).
- Et, ou du financeur du stage.

ARTICLE 17 – Garanties disciplinaires :

Aucune sanction ne peut être infligée à un stagiaire sans que celui-ci ait été informé au préalable des griefs retenus

contre lui. Lorsque le comportement du stagiaire justifie une exclusion temporaire ou définitive, le Directeur de l'organisme ou son représentant convoque le stagiaire en lui indiquant l'objet de cette convocation.

La convocation précise la date, l'heure et le lieu de l'entretien. Elle est écrite et adressée par lettre recommandée ou remise à l'intéressé en main propre contre décharge en lui indiquant l'objet de la convocation.

Au cours de l'entretien, le stagiaire peut se faire assister par une personne de son choix, stagiaire ou salariée de

l'organisme de formation. Le Directeur ou son représentant indique le motif de la sanction envisagée et recueille les explications du stagiaire.

La convocation mentionnée ci-dessus fait état de cette faculté.

La sanction ne peut intervenir moins d'un jour ouvré ni plus de 15 jours après l'entretien.

La sanction fait l'objet d'une notification écrite et motivée au stagiaire sous forme d'une lettre recommandée ou remise contre décharge.

Fait à Villerville le 13 Juin 2025
La Directrice,

