



### BLOC 3

# CRÉER, GÉRER ET DÉVELOPPER SON ACTIVITÉ BIEN-ÊTRE



Dernière mise à jour : 29/01/2026  
Organisme de formation certifié Qualiopi

- 1 / 6 -

## SOMMAIRE

---

1. Informations générales et Équipe
2. Public concerné et prérequis
3. Objectifs, compétences et aptitudes
4. Moyens pédagogiques et techniques
5. Déroulement de la formation
6. Modalités d'évaluation et sanctions
7. Accessibilité et Inclusion
8. Indicateurs de résultats
9. Matériel nécessaire
10. Tarifs et délais
11. Débouchés



## 1. Informations générales et Équipe

<b>Intitulé</b>	<b>Créer, gérer et développer son activité bien-être</b>
<b>Code Formation</b>	3
<b>Modalité</b>	<b>PRÉSENTIEL</b>
<b>Format</b>	<b>INDIVIDUEL</b>
<b>Durée totale</b>	1 jour (7 h)
<b>Capacité d'accueil</b>	1 personne

### ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE (QUALIFICATION) :

**Yoann Fonte** : *Massothérapeute spécialisé en techniques tissulaires profondes, circulatoires et en fasciathérapie, ainsi que sonothérapeute. Son approche est essentiellement psychocorporelle. Il est également praticien en psychothérapie, sexothérapie et thérapie de couple, ainsi qu'auteur d'ouvrages de développement personnel.*

## 2. Public concerné et prérequis

- Aucun prérequis aussi bien en termes d'expérience, de compétences que de diplômes / certificats / titres.
- Accessible à toute personne majeure et ne présentant pas de contre-indication médicale le jour de la formation.
- Le module 3.1 a une vocation exclusivement pédagogique et informative. Il vise à transmettre des connaissances générales sur la création et la gestion d'une activité de bien-être. Les informations délivrées lors de cette formation ne constituent en aucun cas une prestation de conseil juridique, fiscal, comptable ou en gestion d'entreprise individualisée.

## 3. Objectifs, compétences et aptitudes

### Les objectifs visés sont les suivants :

Ce cursus est dédié à l'accompagnement entrepreneurial complet. Il vise à fournir les outils stratégiques pour créer sa structure et à valider la viabilité du projet professionnel à travers des travaux personnels encadrés.

Le bloc 3 comprend :

- **Module 3.1** : Créer, gérer et développer une activité de bien-être.

- **Évaluation** : Rédaction d'un mini-mémoire, fiches de suivi et examen de validation.

**Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :**

- Sélectionner le statut juridique, social et fiscal le plus adapté à son projet professionnel ;
- Piloter sa structure à l'aide des outils de gestion administrative et comptable de base ;
- Construire un budget prévisionnel viable et analyser son marché local ;
- Déterminer une offre tarifaire cohérente et élaborer une politique qualité de fidélisation ;
- Déployer une stratégie de communication efficace pour promouvoir son activité et ses prestations.

## 4. Moyens pédagogiques et techniques

**Les moyens pédagogiques sont les suivants :**

- Pratique des entretiens sous la forme de « jeux de rôles » avec le formateur.
- Méthode d'enseignement active et participative.
- Pratique des massages sur un modèle.

**Les moyens techniques à disposition sont les suivants :**

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement.
- Planches et schémas anatomique et des méridiens énergétiques à disposition.
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.
- Tables de massage.
- Chaises de massage.

## 5. Déroulement de la formation

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression de la formation.

**Déroulement :**

Ce cursus est réalisé **exclusivement en individuel** (1 jour / 7 heures en présentiel).

Le parcours de certification inclut :

- **Formation (Module 3.1)** : 7 heures d'accompagnement stratégique personnalisé sur la création et la gestion d'entreprise.
- **Travail personnel** : Remise d'un mini-mémoire professionnel et de fiches de suivi de pratique.
- **Évaluation** : Passage d'un examen final validant les compétences acquises et la structuration du projet.

## 6. Modalités d'évaluation et sanctions

### Les modalités d'évaluation des acquis sont :

- Évaluation théorique écrite en fin de module. Notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider un module.
- Réalisation et remise d'un projet professionnel.
- Réalisation et remise d'un mini-mémoire d'activité.
- Examen final comprenant une présentation orale du mini-mémoire d'activité et une restitution pratique des enseignements des BLOCS 1 et 2.

### Les sanctions visées sont :

- Attestation et certificat de réalisation remis en fin de module.
- Remise du titre de « Massopraticien Bien-Être » après l'examen final.

## 7. Accessibilité et Inclusion

### Personnes en situation de handicap :

Notre organisme est attentif à l'accueil des personnes en situation de handicap. Notre salle de formation est accessible par ascenseur. Notre espace de préparation étant réservé à l'équipe, un accompagnement est assuré pour vos repas et pauses. (*Nota : la configuration de notre WC intérieur ne permet pas l'accès en fauteuil roulant*). L'AGEFIPH et la RHF (Ressource Handicap Formation) sont nos partenaires référents pour étudier avec vous les modalités d'adaptation de votre accueil.

### Personnes en situation précaire :

Le CCAS de Mouans-Sartoux est notre référent concernant les personnes en situation précaire.

### Personnes en réinsertion ou recherche d'emploi :

France Travail est notre partenaire référent pour les personnes en recherche d'emploi ou en réinsertion.

## 8. Indicateurs de résultats (Performance)

*Les données statistiques de ce programme sont en cours de consolidation afin de garantir un volume de retours suffisant et représentatif.*

## 9. Matériel nécessaire

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.
- Tenue souple et confortable, chaussons ou chaussettes épaisses.
- Maillot de bain (deux pièces impérativement pour les femmes) ou sous-vêtements salissables.
- Drap housse, fouta ou grande serviette (80 x 190cm minimum) pour protéger la table.
- Grande serviette (80 x 190cm minimum) ou fouta pour se couvrir.
- Serviette moyenne (40 x 80cm minimum) pour le jeu de serviette poitrine.
- Protège-tête ou une petite serviette (30 x 50cm minimum).
- Serviette essuie-main.
- Flacon d'huile végétale neutre (amande douce, noyau d'abricot, pépins de raisin...), idéalement de qualité biologique, avec poussoir.

## 10. Tarifs et délais

### Tarifs en format individuel :

- 630 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.
- 790 € net (exempt de TVA) pour un financement par un organisme.

### Délais administratifs :

- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels.
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme.

### Délais d'accès à la formation :

- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle ou collective au sein de vos locaux (intra-entreprise).
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle au sein de nos locaux (inter-entreprise).

## 11. Débouchés

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...,
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...

