



Soins aux personnes

PLANNING FORMATIONS

SEPTEMBRE 2020 / JANVIER 2021



- ▲ Aromathérapie, hygiène et beauté
- ▲ Décoration
- ▲ Développement personnel
- ▲ Esthétique
- ▲ Fitness
- ▲ Massage et bien-être
- ▲ Nutrition

CENTRE IFAPME LIÈGE-HUY-VERVIERS ASBL

SE FORMER ET FORMER SES ÉQUIPES

www.formation-continue.be



INTRODUCTION

Madame, Mademoiselle, Monsieur,

Nous avons le plaisir de vous présenter la 28^e édition de notre catalogue de formations dans les secteurs des soins aux personnes, du fitness, de la nutrition, du développement personnel et de la décoration.

Quelques nouveaux thèmes de formation sont prévus pour cette rentrée de septembre :

- Le massage facial anti-âge Gua Sha
- Lithothérapie niveau 2
- Pilates, module spécifique stretching
- La pleine conscience avec les enfants et les adolescents au service de leur bien-être
- Ikigai
- Home organiser : initiation et perfectionnement
- Modélisez une cuisine avec Sketchup

Vous retrouverez les programmes complets de formation ainsi que d'autres thématiques sur notre site web : **www.formation-continue.be**

Nous vous souhaitons une bonne lecture de ce catalogue et restons à votre disposition pour toute information complémentaire.

Au plaisir de vous rencontrer nombreux lors de nos formations,

L'équipe Formation continue

Sauf mention contraire, nos formations sont organisées sur notre site du Château Massart, rue du Château Massart 70 à 4000 Liège

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION.....	1
TABLE DES MATIÈRES	2-3

ESTHÉTIQUE

MAQUILLAGE PROFESSIONNEL – FORMATION DE BASE.....	4
MAKE-UP ARTIST PROFESSIONNEL.....	5
MICROBLADING	6
EXTENSION DE CIL À CIL.....	7
EXTENSION DE CILS VOLUME RUSSE	7
YUMI LASHES®.....	8
YUMI BROWS®.....	9
MODELAGE D'ONGLES EN ACRYGEL.....	10
MODELAGE D'ONGLES EN GEL.....	11
INITIATION AU RELOOKING H/F.....	12
CONSEILLER EN IMAGE.....	13

MASSAGE & BIEN-ÊTRE

APPROCHE & CONNAISSANCE DU CORPS HUMAIN.....	14
PRÉPARATION ÉNERGÉTIQUE DU THÉRAPEUTE ET DE LA PIÈCE DE SOIN	15
MASSAGE CRÂNIEN ÉNERGÉTIQUE	15
MASSAGE GLOBAL RELAXANT.....	16
MASSAGE CORPS BIEN-ÊTRE	17
MASSAGE DOS T.A.O. (Terre d'Asie et Occident).....	18
MASSAGE JAMBES LOURDES T.A.O. (Terre d'Asie et d'Occident).....	18
MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES	19
INITIATION À LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE.....	20
RÉFLEXOLOGIE PROFESSIONNELLE.....	21
MASSAGE SHIATSU – HARMONISATION DES ÉNERGIES HUMAINES.....	22
MASSAGE ÉNERGETIQUE PERSONNALISÉ	23
MASSAGE FEMME ENCEINTE ET PÉRINATALITÉ.....	24
MASSAGE BÉBÉ ET JEUNE ENFANT.....	24
MASSAGE ASSIS EN CHAISE ERGONOMIQUE	25
MASSAGE CRÂNIEN (LA ROUTE DES INDES)	26
MASSAGE DES MAINS (LA ROUTE DES INDES)	26
MASSAGE DU DOS À LA BOUGIE (LA ROUTE DES INDES)	27
MASSAGE DES PIEDS KANSU (LA ROUTE DES INDES)	27
FACE SCULPTING MASSAGE.....	28
MASSAGE FACIAL ANTI-ÂGE GUA SHA NEW	29
LITHOTHÉRAPIE NIVEAUX 1 ET 2 NEW	30
MASSAGE AUX CRISTAUX ET AUX PIERRES SEMI-PRÉCIEUSES	31
INITIATION AU REIKI – 1 ^{ER} DEGRÉ.....	32

FITNESS

PILATES – MODULE D'INITIATION	33
PILATES – MODULE SENIORS ET FEMMES ENCEINTES	34
PILATES – MODULE STRETCHING NEW	34
REMEDIAL PILATES (Épaules, colonne et bassin)	35

AROMATHÉRAPIE

AROMA SANTÉ.....	36
BIEN-ÊTRE AU NATUREL.....	37

HYGIÈNE ET BEAUTÉ

FABRICATION DE PRODUITS D'ENTRETIEN NATURELS.....	38
FABRICATION DE PRODUITS D'HYGIÈNE CORPORELLE NATURELS	38
FABRICATION DE COSMÉTIQUES NATURELS	39

NUTRITION

NUTRITION DE BASE	40
INITIATION À LA NUTRITHÉRAPIE (FORMATION PRATIQUE).....	41

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

CONSEILLER EN BIEN-ÊTRE.....	42
LA PLEINE CONSCIENCE DES 5 SENS ET RELAXATION	43
LA PLEINE CONSCIENCE AVEC LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS AU SERVICE DE LEUR BIEN-ÊTRE NEW	44
COACHING SPÉCIALISÉ EN RECENTRAGE	45
COACHING SPÉCIALISÉ EN GESTION DU STRESS	46
IKIGAI NEW	47
PROTECTION ET DÉGAGEMENT	48

DÉCORATION

PATINES ET RELOOKING DE MEUBLES ET OBJETS DÉCO	49
HOME ORGANISER – INITIATION ET PERFECTIONNEMENT NEW	50
TAPISSIER-GARNISSEUR	51
HOME STAGING.....	52
LOGICIEL SKETCHUP PRO - INITIATION.....	53
MODÉLISEZ UNE CUISINE AVEC SKETCHUP NEW	53

AIDES FINANCIÈRES À LA FORMATION	54
LE BULLETIN D'INSCRIPTION	55
LES CONDITIONS GÉNÉRALES	56
NOS AUTRES FORMATIONS	57



MAQUILLAGE PROFESSIONNEL

— FORMATION DE BASE

PRIX

486 €

ou 27 CF* / session

OBJECTIFS

Vous êtes sensible à l'univers du maquillage et vous désirez en connaître toutes les astuces ? Cette formation vous permettra d'apprendre les bases essentielles du maquillage et d'approfondir petit à petit votre technique à travers différentes thématiques. Cette formation constitue un prérequis à la formation de make-up artist professionnel.

FORMATRICE

À Liège, Allison Irskens

À Verviers, Stéphanie Meers,
Make-Up Artists

HORAIRE

Session 1 à Liège

Les lundis 31/08, 7, 14, 21, 28/09, 5, 12, 19 et 26/10/20 de 18h30 à 21h30

Session 2 à Liège

Les mercredis 7, 14, 21, 28/10, 18, 25/11, 2, 9 et 16/12/20
de 18h30 à 21h30

Session 3 à Liège

Les mercredis 21, 28/10, 18, 25/11, 2, 9, 16/12/20, 6 et 13/1/21 de 9 à 12h

Session 4 à Verviers

Les jeudis 12, 19, 26/11, 3, 10/12/20, 7, 14, 21 et 28/01/21 de 18h30 à 21h30

Session 5 à Liège

Les lundis 18, 25/01, 1, 8, 22/02, 1, 8, 15 et 22/03/21 de 18h30 à 21h30

PROGRAMME - 27H

- Les notions de base, la théorie et comment bien choisir ses produits et leur application
- Le teint et les corrections
- Le maquillage des yeux, l'application de l'eye-liner et des faux cils
- Le maquillage femmes matures
- La prise en charge d'une future mariée et la gestion de son essai maquillage
- Le maquillage de soirée
- Le smoky eyes et ses astuces

Les produits de maquillage sont mis à disposition pendant le cours.

Un modèle devra être prévu lors de plusieurs séances (les informations précises seront confirmées par votre formatrice au premier cours).

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Pinceaux de maquillage (en fonction de votre budget à partir de 60 € - la formatrice vous donnera les indications lors du premier cours), cotons d'ouate, cotons tige, kleenex, démaquillant non gras, lingettes démaquillantes, un essuie éponge pour protéger votre table de travail, un essuie ou une cape de protection pour votre modèle, un bandeau ou des pinces ou autre pour maintenir les cheveux du modèle lors du maquillage, une crème hydratante, une pince à épiler, un taille crayon.

Nous vous conseillons également d'acquérir les articles qui vous seront indispensables dans votre future activité : un mascara, une poudre libre (la plus claire possible et non irisée) et des faux-cils.

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : esthéticiennes, visagistes et maquilleurs.

**PRIX**

2.650 €
ou 156 CF*

MAKE-UP ARTIST

- MAQUILLAGE PROFESSIONNEL

PROGRAMME - 156H (HORS EXAMENS)

Connaissances générales :

- Le métier de maquilleur
- Les corrections
- Les bases du dessin

Mode/beauté :

- Les yeux : smoky eyes, hepburn, banane, rude, dégradé classique, 2 à 4 tons, œil de biche à l'américaine, heavy/glitter eye, glamour, frost eye, cat eye,...
- Camouflage
- Réalisation de collages et appliques
- Photos/magazine (nude, beauté, éditorial)
- Styling des cheveux
- Maquillage mode tendance (strobing, contouring, youtube, etc.)
- Catwalk/défilé de mode

Scène/théâtre :

- Cabaret
- TV/Cinéma
- Opéra
- Spectacles
- Maquillage d'époque (Egypte, Grèce, Versailles, Renaissance, Marie-Antoinette, années 1900 à 2000)

Face painting :

- Grimage enfants
- Grimage thématique (médiéval, halloween, animaux, etc.)
- Grimage perfectionnement (techniques plus précises, stencyls, rainbows cakes, etc.)

Body painting :

- Techniques du belly painting au body painting

Airbrush :

- Les utilisations de l'airbrush en maquillage

Effets spéciaux :

- Blessures, cicatrices, hématomes
- Initiation à la fabrication de prothèses

Le programme détaillé est à découvrir sur

www.formation-continue.be

Possibilité de faire valider vos compétences.

Plus d'infos sur **www.cvdc.be**

OBJECTIFS

Cette formation, dispensée par des maquilleurs professionnels, est essentiellement axée sur la pratique. Plusieurs mises en situation avec shootings photo seront ainsi organisées**. À l'issue de cette formation, ponctuée par un examen où vous présenterez votre book, vous disposerez des compétences requises et d'une expérience reconnue pour entrer sur le marché du travail. Parmi les débouchés possibles : devenir maquilleur conseil pour une marque, en centre de beauté ou de relouking ou encore travailler sur des shootings dans les différents domaines (mode, beauté, TV, cinéma, spectacle, etc.).

FORMATEURS

Allison Irskens et Cristina Via, make-up artists ; Morgane Pire, make-up artist et body painter ; Michaël Loncin, spécialiste effets spéciaux.

PUBLIC

Coiffeuses, esthéticiennes, visagistes, conseillers en image, entreprises du secteur de la beauté, cosmétiques, maquillage.

PRÉREQUIS

Avoir suivi la formation en maquillage de base ou avoir les compétences équivalentes.

HORAIRE

Les mardis à partir du 13/10/20 en journée

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Vos pinceaux de maquillage professionnels ainsi qu'un modèle pour la plupart des séances pratiques (les informations précises vous seront données lors du premier cours).

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : coiffeuses, esthéticiennes, visagistes, conseillers en image, entreprises du secteur de la beauté, cosmétiques, maquillage.

** Une participation aux frais du photographe vous sera demandée pour les shootings.



MICROBLADING

PRIX
950 €
ou 24 CF*

OBJECTIFS

Issu d'une technique ancestrale asiatique, le microblading (appelé également technique 6D) permet de reconstituer et de restructurer le sourcil. Il s'agit donc d'un maquillage permanent au résultat longue durée. Le microblading est actuellement très en vogue auprès des personnes qui souhaitent transformer ou modifier la forme, la longueur, l'épaisseur ou la densité de leurs sourcils naturels. Cette technique se pratique à l'aide d'un stylo formé d'une fine lame contenant des dizaines de micro-aiguilles (4X plus petites que n'importe quel appareil de tatouage).

FORMATRICE

Tiffany Di Salvo, esthéticienne

PUBLIC

Esthéticiennes avec expérience en pigmentation souhaitée. De plus, pour pratiquer le microblading, il est nécessaire d'obtenir un diplôme en hygiène.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un essuie, des cotons démaquillant, des charottes jetables.

HORAIRE

Les mercredis 21, 28/10, 18 et 25/11/20 de 9 à 16h

PROGRAMME - 24H

- La profession, le statut
- Les contre-indications
- Le protocole d'hygiène
- La colorimétrie et les pigments
- L'architecture des sourcils
- La base du dessin des sourcils
- Le travail sur latex
- Le travail sur modèle
- Les soins après procédure

La pratique sera privilégiée dans cette formation. Vous aurez l'occasion de vous exercer sur latex et sur modèle. Vous disposerez de votre propre kit de matériel.

Prévoir un modèle pour la dernière séance.

KIT DE MATÉRIEL INCLUS

Un kit de démarrage Biotek est compris dans le coût de la formation. Celui-ci vous permettra de réaliser environ 10 traitements. Il comprend 5 couleurs (Honey Blond, Ash Blond, Light Brown, Medium Brown, Dark Brown), 1 compas, 10 pièces à main jetables, 2 crayons Biotek (Skin #103 + Smoked Brown #108), 2 latex d'entraînement.

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : esthéticiennes, visagistes et maquilleurs.

**PRIX**

550 €
ou 7 CF*

EXTENSIONS DE CIL À CIL**PROGRAMME - 7H**

Cette formation est composée de deux parties :

La théorie

Tout savoir sur les cils et les mapping, pratique sur mousse.

La pratique

Après une démonstration faite par la formatrice, les apprenants pratiquent sur un modèle humain. Le modèle doit être présent de 13h30 à 17h.

MATÉRIEL À ACHETER

Un kit de matériel de départ est à acheter avant le début de la formation au prix de 250 € HTVA (voir détails sur www.formation-continue.be)

PUBLIC

Esthéticiennes, instituts de beauté, maquilleuses.
Formation en petit groupe de 4 personnes maximum.

OBJECTIFS

Cette technique permet la pose de cil à l'unité afin d'obtenir les effets volume et les effets longueur souhaités : sages, chics, intenses, glamours ou passionnément fashion. Les cils seront posés un par un sur les cils naturels de la cliente selon une procédure précise et bien définie. Au terme de la formation, vous connaîtrez les différentes techniques de pose et les géométries variables pour obtenir les différents effets voulus.

FORMATRICE

Stéphanie Meers, esthéticienne

HORAIRE

Le mercredi 18/11/20 de 9 à 17h

PRIX

550 € ou 7 CF*

EXTENSIONS DE CILS VOLUME RUSSE**PROGRAMME - 7H**

Cette formation est composée de deux parties :

La théorie

Méthode de création d'un bouquet, choix des cils, courbures et mapping. Pratique sur mousse.

La pratique

Après une démonstration faite par la formatrice, les apprenants pratiquent sur un modèle humain.

MATÉRIEL À ACHETER

Un kit de matériel de départ est à acheter avant le début de la formation au prix de 250 € HTVA (voir détails sur www.formation-continue.be)

PUBLIC

Esthéticiennes, instituts de beauté, maquilleuses.
Formation en petit groupe de 4 personnes maximum.

OBJECTIFS

Cette technique amène à un résultat plus sophistiqué que l'extension cil à cil. Elle consiste à déposer plusieurs extensions fine mises en "bouquet" sur un cil. Celle-ci permet d'avoir un rendu plus intense. Il existe différentes longueurs, couleurs ainsi que matières d'extensions de cils. Prérequis: avoir suivi la formation extensions de cil à cil.

FORMATRICE

Stéphanie Meers, esthéticienne

HORAIRE

Le mercredi 2/12/20 de 9 à 17h

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : coiffeur, esthéticienne, visagiste et conseiller en image.



ESTHÉTIQUE

YUMI LASHES®

— REHAUSSEMENT DE CILS

PRIX
285 €
ou 7 CF*

OBJECTIFS

Le soins Yumi Lashes® aide à rehausser les cils depuis leur racine en toute sécurité, même avec les yeux les plus sensibles au lieu de faire une permanente traditionnelle qui recourbe simplement vos cils.

Yumi Lashes® soulève les cils vers le haut afin de donner au regard tout son éclat.

Entièrement adapté pour différents types et structures de cils afin d'obtenir les meilleurs résultats, cette technique constitue une alternative puissante aux faux cils et améliore la beauté naturelle et la coloration des cils.

La procédure est personnalisée pour chacun des clients : nous créons une courbe grâce aux différentes tailles de silicones et de teintes multicolores.

Conçu avec des ingrédients de haute qualité (Kératine, Protéines, Sérum), l'effet dure entre 8 et 12 semaines, ce qui correspond au cycle de vie naturel du cil.

Le traitement dure seulement 45 minutes et est confortable pour le client, ne demande aucun entretien par rapport aux extensions et est sans limite d'âge.

À la fin de cette formation, vous serez agréé(e) pour dispenser les soins Yumi Lashes® (voir conditions sur le site).

HORAIRE

Le vendredi 23/10/20 de 9 à 17h

PROGRAMME - 7H

- Présentation de la marque / historique
- Anatomie de l'œil
- Hygiène
- Technique d'application
- Formulaire clientèle
- Présentation des produits
- Pratique sur deux modèles
- Questions/réponses

Vous devez prévoir un modèle à 11h30 et un deuxième modèle à 14h30 (Durée du soin = 1h).
Formation en petit groupe de 4 personnes maximum.

PUBLIC

Esthéticiennes, instituts de beauté, maquilleuses.

MATÉRIEL À ACHETER

Un kit de matériel de départ est à acheter avant le début de la formation au prix de 390 € HTVA (voir détails sur www.formation-continue.be)

FORMATRICE

Stéphanie Meers, esthéticienne, Yumi Lashes & Brows® Instructor

PRIX
285 €
ou 7 CF*

YUMI BROWS®

— RESTRUCTURATION DES SOURCILS



PROGRAMME - 7H

- Présentation de la marque / historique
- Anatomie de l'œil
- Hygiène
- Technique d'application
- Formulaire clientèle
- Présentation des produits
- Pratique sur deux modèles
- Questions/réponses

Vous devez prévoir un modèle à 13h30 et un deuxième modèle à 15h30 (Durée du soin = 1h).
Formation en petit groupe de 4 personnes maximum.

PUBLIC

Esthéticiennes, instituts de beauté, maquilleuses.

MATÉRIEL À ACHETER

Un kit de matériel de départ est à acheter avant le début de la formation au prix de 300 € HTVA (voir détails sur www.formation-continue.be)

FORMATRICE

Stéphanie Meers, esthéticienne, Yumi Lashes & Brows® Instructor

OBJECTIFS

Le soin Yumi Brows® est un traitement complet qui va sublimer les sourcils en les nourrissant et en les hydratant avec des composants du type kératine, aloé vera, pentanol, protéines et vitamines.

Cette technique de laminage des sourcils permet une restructuration, une densification et une coloration des sourcils, pour un soin en profondeur. Il constitue donc une solution alternative au maquillage permanent.

Ce traitement à une durée de 6 à 8 semaines.

À la fin de cette formation, vous serez agréé(e) pour dispenser les soins Yumi Brows® (voir conditions sur le site).

HORAIRE

Le vendredi 30/10/20 de 9 à 17h

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : coiffeur, esthéticienne et visagiste.



ESTHÉTIQUE

MODELAGE D'ONGLES EN ACRYGEL

PRIX
480 €
ou 32 CF*

OBJECTIFS

Cette nouvelle technique mélange l'acrylique et le gel en un seul produit. Elle allie le meilleur de l'acrylique (solidité, durabilité, excellente tenue sur des faux ongles très fins) et le meilleur du gel (flexibilité, pas d'odeur, pas d'utilisation de monomer, remplissage très facile). L'acrygel peut être utilisé avec tous les gels de couleur ou vernis semi-permanent. Son application est très simple et très rapide. Cette technique assure un résultat parfait sur n'importe quel type d'ongle ou de longueur d'ongle. Vous apprendrez lors de cette formation à modeler les différents types d'ongles sur tips ou sur pattes, à effectuer des retouches, à poser du gel semi-permanent ou du vernis. Une partie de la formation sera aussi dédiée aux ongles, leur structure, l'hygiène, la désinfection, les produits chimiques et à tout ce qui est indispensable pour faire de vous de vraies professionnelles averties et compétentes

HORAIRE

Les lundis 19, 26/10, 9, 16, 23, 30/11, 7 et 14/12/20 de 18 à 22h

PROGRAMME - 32H

- Théorie et modelage de l'acrygel
- Pose d'ongles sur tips
- Pose d'ongles sur chablonis
- Retouche
- Adaptation du modelage d'ongles sur ongles à problèmes (rongés, qui remontent, en éventail, etc...)
- Démonstration et apprentissage des techniques "French reverse" et "Babyboomer"
- Pose de gel semi-permanent ou de vernis sur acrygel
- Test : pose, retouche, théorie

MATÉRIEL À ACHETER

La liste des produits à acheter se trouve sur notre site www.formation-continue.be.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une serviette éponge de taille normale et une petite serviette invité, un petit bol avec une grosse brosse à ongles, une pince à cuticules, de l'essuie-tout.

Chaque participant devra également amener un modèle à partir de la seconde séance.

FORMATRICE

Martine Prégardien, esthéticienne, podologue, styliste ongulaire

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : coiffeur, esthéticienne, visagiste et conseiller en image.

**PRIX**

400 € / session
ou 25 CF*

MODELAGE D'ONGLES EN GEL

— FORMATION DE BASE

PROGRAMME - 25H

- Cours théorique + exercices
- Pose sur chablon naturel
- Pose sur chablon finition couleur
- Retouche modèle 1
- Pose sur chablon french
- Retouche French en reverse modèle 2
- Retouche modèle 1 - Babyboomer
- Perfectionnement - Techniques au choix

MATÉRIEL À PRÉVOIR

La formatrice vous donnera tous les conseils concernant les produits à acheter et nécessaires pour votre formation lors du 1^{er} cours théorique.

Matériel à apporter à partir du 2^e cours : Un essuie-main, des lingettes bébé, une pince à cuticule 4 mm ou 6 mm, un repousse-cuticules, de l'huile cuticule, des ciseaux pour ongles, une lampe UV ou led, une allonge électrique, une lampe de bureau.

Chaque participant doit convier un modèle à partir de la deuxième séance.

OBJECTIFS

Nous vous proposons l'apprentissage des techniques de base du modelage d'ongles en gel.

Beaucoup plus récent et de plus en plus utilisé, le gel convient parfaitement pour rallonger des ongles courts. Le résultat est assez naturel, brillant, solide et la repousse quasi invisible.

FORMATRICE

Katerina Kokkinis, styliste ongulaire

HORAIRE**Session 1**

Les mardis 15, 22, 29/09, 6, 13 et 20/10 de 18h30 à 21h30, 27/10 et 10/11/20 de 18h30 à 22h00

Session 2

Les mardis 24/11, 1, 8, 15/12/20, 5 et 12/01/21 de 18h30 à 21h30, 19 et 26/01/21 de 18h30 à 22h

Session 3

Les jeudis 12/11/20 de 9 à 11h, 19, 26/11, 3, 10/12/20 et 7/01/21 de 9 à 13h et 14/01/21 de 9 à 12h

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : esthéticiennes, visagistes et maquilleurs.



ESTHÉTIQUE

INITIATION AU RELOOKING H/F

PRIX

200 €

ou 9 CF* / session

OBJECTIFS

Conseiller, coacher des personnes désirant se mettre en valeur est un challenge passionnant. Nous vous proposons une formation qui vous permettra de vous faire une idée du métier de conseiller en image.

Ces cours s'adressent aux professionnels de la mode et de l'esthétique.

FORMATRICE

À Liège, Bernadette Andrienne, conseillère en image et coach

HORAIRE

Session 1

Les mardis 20, 27/10 et 10/11/20
de 19 à 22h

Session 2

Les mardis 2, 9 et 23/02/21
de 19 à 22h

PROGRAMME - 9H

Soir 1

- Le relooking face au conseil en image
- L'analyse des couleurs
- Le cercle chromatique
- Les contrastes
- La méthode des 4 saisons
- La personnalité à travers les couleurs
- La peau
- Les yeux
- Le drapage

Soir 2

- Les couleurs du maquillage, des cheveux, des vêtements
- Applications pratiques

Soir 3

- La conscience positive de soi
- Le pouvoir de la 1^{re} impression
- Les lignes corporelles
- Les justes proportions
- Les différents styles (vêtements)
- La planification de la garde-robe

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : coiffeur, esthéticienne, manucure.



PRIX
2.770 €

CONSEILLER EN IMAGE

PROGRAMME - 168H

- Les couleurs
- La morphologie
- Le coaching
- Les styles
- La coiffure
- Les tissus
- Les tendances
- Le maquillage et la peau
- Personal shopping
- Animation d'ateliers en entreprise
- Comment se lancer sur le marché ?
- Comment se faire connaître sur les réseaux sociaux ?
- Les journées training : ces journées sont consacrées à des tests sur des modèles, les enseignants seront là en tant qu'observateurs et conseillers

Chaque participant devra prévoir un modèle pour ces journées training.

Un dossier de candidature devra être envoyé au moment de l'inscription.

Les notes de cours sont en partie transmises sous format électronique.

FORMATEURS

Bernadette Andrianne, Marjorie Vervaecke, Julie Terreur, Nathalie Hoolans et Daphné Termote, toutes conseillères en image et Joël Duchêne, coiffeur

HORAIRE

Les lundis à partir du 12/10/20 de 9 à 16h

OBJECTIFS

Le conseiller en image travaille à la valorisation de l'image d'entreprises et de particuliers. Il aborde généralement différents axes de l'image : le style vestimentaire, les couleurs, la coiffure, le maquillage, la communication verbale et non verbale. Il vous accompagne dans l'atteinte de vos objectifs de communication (« je voudrais paraître plus jeune, plus féminine, plus leader, ou plus communicatif... »). Il conseille un style de vêtements, des couleurs à privilégier, des coupes et tissus à choisir selon une morphologie et des objectifs de communication. Il accompagne dans le tri d'une garde-robe et lors des nouveaux achats en boutique. Il réveille, réveille un visage grâce à une nouvelle coiffure et un nouveau maquillage.

PUBLIC

Ce cours s'adresse aux professionnels de la mode, de l'esthétique, de la coiffure, aux boutiques de prêt-à-porter, de lingerie, aux complexes hôteliers, aux écoles d'hôtesses, de conseil en image, de commerce,... ainsi qu'à toute autre personne souhaitant exercer le métier de conseiller en image. Les participants doivent avoir 25 ans minimum.

PRIX

Le prix comprend un kit personnel de matériel nécessaire à votre formation, à savoir : les nuanciers de couleurs, un jeu de foulards, ainsi qu'une roue chromatique.



APPROCHE & CONNAISSANCE DU CORPS HUMAIN

(ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE)

PRIX
216 €

OBJECTIFS

Cette formation va vous permettre d'en savoir plus sur le corps humain (anatomie), les organes et leurs fonctions (physiologie) ainsi que certaines pathologies (maladies).

L'usage de techniques manuelles comme le massage nécessite une compréhension du fonctionnement du corps humain afin d'être plus performant dans sa pratique.

FORMATRICE

Nathalie Wirtgen, kinésithérapeute

HORAIRE

Les lundis 16, 23, 30/11, 7, 14/12/20
et 4/01/21 de 9 à 12h

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un drap de bain

PROGRAMME - 18H

- Hygiène
- Anatomie générale : os, articulations, muscles
- Physiologie : circulatoire, artérielle, veineuse, lymphatique
- Pathologie générale liée aux inconvénients du massage

PUBLIC

Personnes n'ayant pas ou peu de connaissances de l'anatomie du corps humain et qui veulent suivre une formation en massage.



PRIX
119 €

PRÉPARATION ÉNERGÉTIQUE DU THÉRAPEUTE ET DE LA PIÈCE DE SOIN

PROGRAMME - 7H

Ce module vous permettra de préparer de manière optimale votre pièce de soin pour que vos clients et vous vous sentiez zen. Nous aborderons également votre préparation physique et énergétique au massage.

- Approche théorique : Déterminer ce qu'est l'énergie – Préparer sa pièce de soin (agencement, purification, protection, etc.) – Se préparer (Chakras, enracinement, protection, etc.)
- Exercices et tests pratiques : approche des différents techniques, encens, pierres, ancrages, etc

FORMATRICE

Stéphanie Dumont, masseuse, énergéticienne, lithothérapeute, fondatrice de Téchahé.

PUBLIC

Professionnels du bien-être, esthéticiennes, thérapeutes, coachs, etc.

HORAIRE

Les mardis 24/11 et 1/12/20 de 18h30 à 22h

PRIX
204 € / session

MASSAGE CRÂNIEN ÉNERGÉTIQUE

PROGRAMME - 12H

- Formation de base en massage du crâne, de la nuque, du cou, de la mâchoire, des oreilles, avec différentes techniques de pressions, d'étirements et de palpations
- Approche de l'énergétique chinoise avec l'analyse des méridiens et points principaux au niveau de la tête, pour agir principalement au niveau émotionnel

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un drap-housse, une couverture polar, un coussin et un essuie-mains, prévoir un t-shirt et un legging

FORMATRICE

Françoise Lejeune, énergéticienne et praticienne en shiatsu

HORAIRE

Session 1

Les lundis 23 et 30/11/20 de 9 à 16h

Session 2

Les lundis 25/1 et 1/2/21 de 9 à 16h



MASSAGE GLOBAL RELAXANT AUX HUILES ESSENTIELLES

PRIX
480 €

FORMATEUR

Angelo Greco, massothérapeute, formateur certifié MGR et en approche psycho-émotionnelle du patient en massage

PUBLIC

Cette formation s'adresse aux :

- esthéticiennes
- kinésithérapeutes
- masseurs, masseuses
- personnes intéressées par l'apprentissage d'un massage très complet

HORAIRE

Les jeudis 15, 22, 29/10, 12, 19, 26/11, 3 et 10/12/20 de 18 à 22h

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Deux gants de toilette, deux grands essuies, deux oreillers mous, des tongs ou pantoufles et un maillot deux pièces pour les dames.

Possibilité de valider vos compétences.

Plus d'infos sur www.cvdc.be

PROGRAMME - 32H

Le massage MGR est un massage thérapeutique tant sur le plan physiologique (drainage veineux) que sur le plan émotionnel (grâce aux endorphines). En ce sens, il touche les aspects psychosomatique et psycho-émotionnel.

Il se pratique sur table et couvre tout le corps. C'est un massage aux huiles végétales aromatisées d'un subtil mélange d'huiles essentielles.

Par son toucher doux et superficiel sur la peau, il stimule la sécrétion d'endorphines, hormones du bonheur et du bien-être. Par ses mouvements plus profonds tenant compte du retour veineux, il en devient thérapeutique.

Il s'adresse à toute personne qui désire, par le massage, développer la connaissance de soi et de l'autre à travers le corps humain.

PRIX
480 €

MASSAGE DU CORPS BIEN-ÊTRE



PROGRAMME - 32H

La formation est basée sur des exercices pratiques avec comme appui un syllabus reprenant tous les points vus au cours.

- Préparation de la cabine
- Accueil du client
- Massage de la face postérieure (jambes, dos, nuque, crâne,...)
- Massage de la face antérieure (jambes, pieds, thorax, bras, cou, visage)
- Quelles huiles utiliser ?

FORMATRICE

Stéphanie Meganck, masseuse et esthéticienne

HORAIRE

Les mardis 17, 24/11, 1, 8/12 de 9 à 16h30 et 15/12/20 de 9 à 13h

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Housse de matelas une personne ou deux grands essuies, deux coussins, une tenue décontractée et un maillot deux pièces pour les dames.

Possibilité de valider vos compétences.
Plus d'infos sur www.cvdc.be

OBJECTIFS

Ce massage complet du corps aux huiles essentielles est un massage alliant bien-être et détente qui permet de relier le corps et l'esprit et qui peut durer de 60 à 90 minutes.

Ce modelage doux et global, dérivé du massage californien, vise à renforcer l'équilibre de l'organisme via le plan énergétique et psycho-émotionnel. Par la relaxation profonde, l'organisme se voit revitalisé.

Ce massage se démarque par une alternance de rythmes et de mouvements multiples (grands mouvements d'unification, pressions, palper-rouler, drainage, ...). Parmi ses bienfaits, on peut noter qu'il lutte contre le stress, soulage les douleurs/tensions nerveuses, favorise le sommeil, permet une meilleure circulation sanguine, tonifie la peau, etc.

PUBLIC

Cette formation s'adresse aux débutants ou aux professionnels du bien-être (esthéticiennes, kinésithérapeutes, masseurs, masseuses, etc).

PRÉ-REQUIS

Il est conseillé d'avoir suivi le module d'introduction à l'anatomie ou d'avoir les compétences équivalentes.



MASSAGE - BIEN ÊTRE

MASSAGE DOS T.A.O. (TERRE D'ASIE ET D'OCCIDENT)

PRIX
102 € / session

FORMATRICE

Mei-Ling Myung-Sook, manupuntrice coréenne, massothérapeute & énergéticienne asiatique

HORAIRE

Session 1 Le vendredi 13/11/20 de 9 à 16h

Session 2 Le vendredi 29/01/21 de 9 à 16h

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un drap housse, une couverture polar, un coussin et un essuie-mains, prévoir un t-shirt et un legging

PROGRAMME - 6H

Le massage du dos T.A.O. propose des techniques simples mais efficaces de différents massages asiatiques tels que le Tui Na (massage chinois), le Shiatsu (massage japonais), le Nuad Bo Rarn (massage thaïlandais) mais également des postures de yoga et d'énergétique coréenne.

Masser le dos va soulager les tensions musculaires ainsi que les douleurs des vertèbres cervicales, dorsales, lombaires et sacrées. Pour les massothérapeutes, il peut facilement s'insérer dans un massage corps.

MASSAGE JAMBES LOURDES T.A.O. (TERRE D'ASIE ET D'OCCIDENT)

PRIX
102 € / session

OBJECTIFS

Près de 70% des femmes et en moyenne un adulte sur trois souffrent régulièrement de lourdeurs dans les jambes. Par sa faculté à délasser et à améliorer la circulation sanguine, ce massage spécifique soulage la sensation de jambes lourdes.

FORMATRICE

Mei-Ling Myung-Sook, manupuntrice coréenne, massothérapeute & énergéticienne asiatique

HORAIRE

Session 1 : Le jeudi 26/11/20 de 9 à 16h

Session 2 : Le vendredi 5/02/21 de 9 à 16h

PROGRAMME - 6H

Ce massage allie techniques de relaxation coréenne, de drainage lymphatique, de massage chinois et thaïlandais.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue souple et confortable, un drap housse, deux plaids pour couvrir le torse et une jambe, un boxer pour les hommes et une culotte pour les femmes (pas de string) ainsi qu'un pantalon de type legging.

PRIX
204 €

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES



PROGRAMME - 12H

- Découverte des différents basaltes, marbres froids et autres pierres froides
- Familiarisation avec le matériel nécessaire
- Bienfaits et contre-indications
- Préparation de la pièce et du soin
- Centrage et ancrage du masseur
- Apprentissage du placement des pierres et des réponses du corps
- Découverte et travail de la technique
- Exercices pratiques

FORMATRICE

Stéphanie Dumont, masseuse, énergéticienne, lithothérapeute, fondatrice de Técahé

HORAIRE

Les lundis 16, 23 et 30/11/20 de 18 à 22h

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- 2 essuies moyens
- 1 housse de lit 1 personne en éponge
- 1 grand plaid
- Une tenue ample à manches courtes, bikini pour recevoir le massage
- Des pantoufles + des tongs
- 2 petits essuies ou manucurettes
- De l'huile de massage (Si vous souhaitez travailler avec une huile en particulier sinon il y aura sur place de l'huile de sésame désodorisée)

OBJECTIFS

Le massage pierres chaudes est un classique dans le domaine du bien-être. Et si on vous le faisait redécouvrir avec une vision un peu différente ? Si on vous apprenait à manier ce soin, à jongler avec lui pour ensuite vous l'approprier et le réinventer à chaque fois ?
À le sublimer par VOTRE savoir et VOTRE feeling ?
À l'issue de cette formation vous pourrez travailler de manière fluide avec les basaltes et ajouter ce massage à votre carte de soins.

PRÉ-REQUIS

Avoir une connaissance dans les bases de massage
Ou avoir suivi des études dans le domaine du bien-être/esthétique.
Ou avoir suivi la formation de base de 18h en approche et connaissance du corps humain.

PUBLIC

Esthéticiennes, massothérapeutes, kinésithérapeutes



INITIATION À LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

PRIX
204 €

OBJECTIFS

La réflexologie plantaire est une méthode de massage douce et complète par la stimulation des points réflexes des pieds. Elle fait partie des thérapies alternatives visant à contrer les troubles fonctionnels.

Outre le fait de découvrir la réflexologie, cette initiation vous permettra d'assurer un massage de détente complet aux membres de votre famille et à vos proches.

C'est un massage d'équilibre et de bien-être.

FORMATRICE

Béatrice Peters, réflexologue thérapeutique

HORAIRE

Les vendredis 20 et 27/11/20
de 9 à 16h

PROGRAMME - 12H

Aspects théoriques :

- Qu'est-ce que la réflexologie?
- Comment fonctionne la réflexologie ?
- Qu'est-ce qu'une zone réflexe ?
- Les zones réflexes, image du corps sur le pied
- Les bienfaits
- La fréquence des séances
- Les réactions possibles
- Les contre-indications

Aspects pratiques :

- L'installation
- La protection du masseur
- Les principales techniques : comment pratiquer les bons gestes ?
- Les mouvements de détente et les techniques spécifiques
- Approche des bienfaits de la réflexologie sur les états de stress

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un coussin (pour la tête), un coussin-boudin ou grand essuie à rouler (pour soutenir les genoux), un plaid, deux essuies (pour envelopper les pieds).



NIV.1
1.180 € /
session

NIV.2
1.170 €

RÉFLEXOLOGIE PROFESSIONNELLE

(FORMATION RECONNUE PAR LA FEBEREF)

PROGRAMME - 155H

La formation, qui comporte 2 niveaux, permet d'obtenir le certificat de « Réflexologue spécialisé » conforme aux exigences de la FEBEREF (Fédération Belge de Réflexologie) et du R.i.E.N. (Reflexology in Europe Network).

Niveau 1 (78 h) – Réflexologie plantaire

Prérequis : Aucun

La formation se divise en une partie anatomie et physiologie et une partie de réflexologie pure.

- Réflexologie (58h) : Approche orientale et occidentale, massage détente, disposition des zones réflexes du pied, massage des systèmes ostéo-articulaires, massage des zones réflexes correspondant à chaque système, globalisation du massage réflexologique
- Partie médicale (20h) : L'anatomie des différents systèmes du corps humain
- 32 rapports de séances sont exigés pour la réussite du niveau 1

Niveau 2 (77 h) – Réflexologie spécialisée

Prérequis : avoir suivi le niveau 1 ou une formation de base en réflexologie.

- Réflexologie palmaire, l'énergétique chinoise, les méridiens, le système endocrinien approfondi, le système nerveux approfondi
- Une évaluation écrite est faite après chaque module
- 40 rapports de séances sont exigés pour la réussite du niveau 2

Le Centre IFAPME Liège-Huy-Waremme est membre de la FEBEREF, Fédération belge des réflexologues.

OBJECTIFS

La réflexologie plantaire n'est pas un simple massage, il s'agit d'une véritable thérapie issue de techniques orientales ancestrales. La réflexologie connaît aujourd'hui un succès croissant pour son efficacité dans la gestion du stress et l'équilibre de l'organisme.

PUBLIC

Cette formation s'adresse à tous. Elle vous permettra de pratiquer la réflexologie plantaire chez vous, à domicile, en cabinet ou en milieu hospitalier, de revalidation ou encore dans votre milieu de travail...

FORMATRICES

Claire Delvigne, réflexologue et Colette Frenay, naturopathe, réflexologue et praticienne MTC.

HORAIRE

Niveau 1

Session 1 en journée : les vendredis de 9h30 à 17h à partir du 16/10/20 à raison d'un cours par mois pour la partie réflexologie. Les 20 heures de cours d'anatomie seront données les vendredis en demi-journée de 13h30 à 17h - Hors congés scolaires

Session 2 en soirée : les lundis à partir du 22/02/21 de 18h30 à 21h30 - Hors congés scolaires

Niveau 2

Les vendredis en journée de 9h30 à 17h à partir du 15/01/21 à raison d'un cours par mois - Hors congés scolaires.



MASSAGE SHIATSU - HARMONISATION DES ÉNERGIES HUMAINES

PRIX
450 €

OBJECTIFS

- Pratique d'harmonisation Shiatsu qui vise à donner et recevoir une séance complète : massage de la tête, du dos et des membres
- Pratique du Do In, auto-traitement énergétique, afin de maintenir ou de restaurer, en quelques minutes, votre propre capital énergétique
- Aspects théoriques et apprentissage des grands principes de la Médecine Traditionnelle Chinoise : circulation énergétique, diététique, respiration...
- Ce module de base, enseigné en 5 jours, donne la possibilité de pratiquer en tant que professionnel un massage global, relaxant, tonifiant et unifiant. Chaque journée de formation se compose d'une demi-journée de théorie et d'une demi-journée de pratique.

PUBLIC

Ouvert à tous. Le personnel soignant, qui désire un outil de soin sans prérequis efficace pour accompagner et potentialiser les effets bénéfiques des traitements allopathiques : kinésithérapeutes, ostéopathes, infirmiers, aides soignants, personnes qui pratiquent le massage, massothérapeutes, éducateurs spécialisés. Les esthéticiens, les coiffeurs,... peuvent en tirer avantage et l'ajouter lors de leurs soins.

PROGRAMME - 30H

Le Shiatsu est un art de santé japonais qui consiste en l'application de pressions sur les méridiens et points d'acupuncture.

Les problématiques accumulées sont évacuées à travers ce toucher thérapeutique et l'effet de relaxation en profondeur provoque un bien-être physique, mental et émotionnel. Sans aucun risque pour la personne, le shiatsu offre un moment de détente en profondeur, revitalise l'organisme tout entier et stimule la capacité naturelle d'autoguérisson du corps.

L'harmonisation des énergies stimule la circulation du sang et des fluides vitaux drainant le système lymphatique, ce qui permet de libérer les toxines et soulager les tensions musculaires profondes.

Le Shiatsu est pratiqué sur la personne habillée comme une méditation en mouvement, en insistant sur la respiration et la posture.

FORMATRICE

Patricia Fantini, naturopathe énergétique, praticienne et formatrice en shiatsu HEH

HORAIRE

Les vendredis 16, 30/10, 13/11, 27/11
et 4/12/20 de 9h30 à 16h30

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Plaids et coussins.

Possibilité de valider vos compétences. Plus d'infos sur www.cvdc.be



PRIX
1.350 €

MASSAGE ÉNERGÉTIQUE PERSONNALISÉ

PROGRAMME - 90H

Cette formation se déroule sur une année.
Elle comprend 3 niveaux.

Niveau 1 : 10h

Nous découvrirons les techniques du massage relaxant : tête, visage, bras, épaules et nuque, dos et ventre, jambes et pieds et ensuite l'intégration et l'enchaînement des mouvements.

Niveau 2 : 50h

Nous apprendrons à détecter les perturbations des méridiens énergétiques qui parcourent le corps et à les harmoniser : rééquilibrage des émotions (manque de joie de vivre, anxiété, tristesse, peur et colère). Nous fabriquerons des huiles de massage personnalisées en fonction de chaque massage, en suivant les conseils de prudence et les techniques d'utilisation des huiles essentielles. Les massages seront complétés par l'utilisation de plusieurs techniques : le massage aux pierres chaudes selon l'énergétique chinoise et le massage aux pochons de sel, d'herbes et de fleurs suivant la médecine ayurvédique.

Niveau 3 : 30h

Nous étudierons le « Massage coaching », un massage personnalisé suivant les objectifs de la personne ; tenir bon dans la tourmente, être plus à l'écoute de soi, confiance en soi, cultiver la joie de vivre, affirmation de soi, développer son intuition, apprendre à s'accepter. Nous réaliserons une intégration des différentes techniques de massages.

Le programme détaillé de la formation se trouve sur www.formation-continue.be

OBJECTIFS

Cette formation comprend quatre types de massages :

- Le massage chinois Tuina, préventif et rééquilibrant
- Le massage aux pierres chaudes et leurs utilisations par rapport à l'énergie chinoise
- Le massage suivant l'énergie des sept centres énergétiques "chakras" de la médecine indienne
- Le massage aux pochons d'épices, avec utilisation de pierres semi-précieuses et chromothérapie

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et accoucheuse spécialisée en énergétique chinoise et en prévention santé

HORAIRE

Les jeudis à partir du 15/10/20 de 9 à 13h.

Fin des cours le jeudi 20/05/21.

Séance d'information gratuite obligatoire le 10/09/20 à 11h au Centre IFAPME - rue du Château Massart, 70 - 4000 LIEGE

Inscription préalable pour la séance d'information:

par téléphone au 04/229 84 60 ou par

mail : sylvie.kempf@centreifapme.be

Les notes de cours sont en partie transmises sous format électronique.

Possibilité de valider vos compétences.

Plus d'infos sur www.cvdc.be



MASSAGE FEMMES ENCEINTES ET PÉRINATALITÉ

PRIX
204 € / session

OBJECTIFS

Pouvoir réaliser en toute sécurité et dans le confort le plus complet le massage bien-être pour les femmes enceintes.

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et accoucheuse spécialisée en énergétique chinoise et en prévention santé

HORAIRE

Session 1 : les mardis 20 et 27/10/20 de 9 à 16h

Session 2 : les mardis 2 et 9/03/21 de 9 à 16h

PROGRAMME - 12H

- La préparation du massage
- Les huiles de massage
- Les techniques de massage suivant les différentes étapes de la grossesse
- A B C de l'énergétique chinoise

PUBLIC

Les professionnels du bien-être, de la santé et de l'esthétique ayant reçu les bases d'anatomie et de massage.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Voir description complète du module sur notre site www.formation-continue.be

MASSAGE BÉBÉ ET JEUNE ENFANT

PRIX
102 € /session

OBJECTIFS

Pouvoir réaliser un massage bébé et enseigner le massage bébé aux parents.

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et accoucheuse spécialisée en énergétique chinoise et en prévention santé

HORAIRE

Session 1 : le mardi 10/11/20 de 9 à 16h

Session 2 : le mardi 23/02/21 de 9 à 16h

PROGRAMME - 6H

- La préparation du massage
- Techniques simples du massage bébé : le dos, les jambes, les bras, les mains, les pieds, le cuir chevelu et le visage, le ventre
- ABC de l'énergétique chinoise

PUBLIC

Les professionnels du bien-être, de la santé et de l'esthétique ayant reçu les bases d'anatomie et de massage.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Voir description complète du module sur notre site www.formation-continue.be

PRIX

153 €
ou 9 CF* / session

**MASSAGE ASSIS
EN CHAISE ERGONOMIQUE**



PROGRAMME - 9H

La séance de massage assis dure 15 minutes et se décompose en séquences hautement chorégraphiées appelées «kata» qui permettent d’obtenir le maximum d’efficacité de chaque geste en réduisant l’effort fourni.

Le massage en pratique :

- Épaule - Points sur l’épaule
- Bras - Extérieur de l’avant-bras - Intérieur de l’avant-bras - Étirement du bras
- Paume de la main - Dos de la main - Doigts
- Dos
- Hanches
- Brossage en cascade
- Nuque - Étirement de la nuque - Cuir chevelu
- Percussions finales

OBJECTIFS

Le massage assis ou Amma est un ancêtre du Shiatsu, qui signifie “calmer avec les mains”. Il offre une détente maximale en un minimum de temps. Le Amma a pour objectifs principaux d’activer la circulation des énergies au sein du corps, d’évacuer le stress, de redynamiser et de rééquilibrer le tonus musculaire et psychique.

Étant donné que le massage assis ne dure que 15 minutes, il est beaucoup plus accessible pour la personne très occupée. Pratiquement, tout le monde peut trouver une pause de 15 minutes dans son emploi du temps.

Ce massage se pratique habillé. Il favorise l’accroissement de l’acuité mentale, réduit le stress et apporte du bien-être. Ce type de massage augmente donc la productivité des employés !

FORMATRICE

Stéphanie Meganck, masseuse

HORAIRES

Session 1

Les vendredis 23, 30/10 et 13/11/20 de 14 à 17h

Session 2

Les vendredis 22, 29/01 et 5/02/21 de 14 à 17h

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d’une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : kinésithérapeute, ergothérapeute, infirmier, personnel soignant



ROUTE DES INDES

PRIX

102 € / module

OBJECTIFS

Dans le contexte de plus en plus trépidant de la vie actuelle, de nombreuses personnes sont à la recherche d'un nouveau style de vie, empreint de plus de calme, d'équilibre et de santé. L'Âyurveda est justement une source d'inspiration qui propose un mode de vie plus sain et plus équilibré. Nous vous invitons donc au voyage sur la route des Indes pour quatre journées de formation à la technique du massage bien-être selon la tradition indienne.

FORMATEUR

Michel Van Breusegem,
praticien bien-être

HORAIRE

Massage crânien :

Le mercredi 14/10/20 de 10 à 16h30

Massage des mains :

Le mardi 8/12/20 de 10 à 16h30

MASSAGE CRÂNIEN

(TRADITION INDIENNE)

PROGRAMME - 6H

Ce massage court et efficace permet d'éliminer les tensions musculaires et le stress. Parmi les effets bénéfiques de ce massage : il favorise la circulation sanguine, il dégage les sinus, il diminue les maux de tête, apaise l'esprit et favorise la concentration, stimule la peau et le cuir chevelu, permet de mieux dormir. Il calme les enfants aux tendances hyperactives et a un effet apaisant sur les personnes âgées et handicapées. Accessible à tous, le massage crânien se pratique habillé, sur chaise ergonomique, requiert peu de temps et s'organise dans presque tout environnement, sans huile.

MASSAGE DES MAINS

(TRADITION INDIENNE)

PROGRAMME - 6H

Ce massage traditionnel, très facile à proposer, s'adresse à un très large public (bébés, enfants, personnes âgées, malades ou handicapées, sur le lieu de travail, ...). Il permet une détente complète en massant les points réflexes et les énergies des éléments de la nature, présents dans le corps humain. Le massage de mains, par la détente obtenue, peut donc avoir des effets bénéfiques dans la prévention de la maladie, la diminution de la douleur et du stress, l'amélioration de la qualité de vie.



PRIX

102 € / module

ROUTE DES INDES

MASSAGE DU DOS À LA BOUGIE
(TRADITION INDIENNE)

PROGRAMME - 6H

Ce massage sensuel est une véritable invitation au voyage : il allie douceur, effleurages et pétrissages à des mouvements larges, fluides et enveloppants. Il se pratique à l'aide des mains, des pouces et des avant-bras. La bougie – composée de cire végétale ou de cire d'abeille - diffuse non seulement des senteurs aux vertus relaxantes, permettant à l'esprit de s'évader et au corps de relâcher ses tensions, mais elle offre également une cire qui nourrit la peau en profondeur, et donnera l'impression de rester dans un cocon de chaleur et de volupté... La cire offre une expérience unique au masseur comme au massé, car elle pénètre moins vite que l'huile de massage et reste comme une pellicule chaude sur le dos du massé.

MASSAGE DES PIEDS KANSU
(TRADITION INDIENNE)

PROGRAMME - 6H

Ce massage de tradition indienne équilibre les doshas et régénère les organes du corps par les points réflexes. Il permet une relaxation profonde par des mouvements de doigts et à l'aide d'un petit bol en cuivre, le bol Kansu. Ce bol, en alliage de différents métaux, permet de réguler la température du corps. Le massage des pieds au bol Kansu se présente plutôt sous la forme d'un cérémonial, qui débute par un « bain de pieds traditionnel », se poursuit par un massage manuel des différentes zones (énergétiques et réflexes) du pied et se termine par le massage au bol Kansu, afin de rééquilibrer les énergies. Relaxant pour le massé, qui peut être assis ou couché sur le dos... et pour le masseur qui s'installe confortablement face aux pieds de la personne.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue décontractée, deux grandes serviettes de bain et un coussin. Pour le massage des mains, des pieds et du dos, de l'huile de massage neutre. Un plaid pour le massage du dos.

MATÉRIEL À ACHETER
(FACULTATIF)

Massage des pieds :

Bol Kansu au prix de 29 €

Massage du dos :

Bougie au prix de 10 €

HORAIRE

Massage du dos :

Le mercredi 28/10/20 de 10 à 16h30

Massage des pieds :

Le mercredi 9/12/20 de 10 à 16h30



FACE SCULPTING MASSAGE

(RAJEUNISSEMENT SCULPTÉ DU VISAGE)

PRIX
480 €

OBJECTIFS

À l’instar de Meghan Markle et d’autres célébrités, ce massage facial est en plein essor. Cette technique anti-âge immédiate et non-invasive s’avère idéale pour toutes les personnes qui ne veulent plus avoir recours aux injections d’acide hyaluronique et au botox ou qui désirent les espacer.

Ce massage vise à stimuler les muscles du visage pour les oxygéner et les étirer. Il agit très profondément sur les fibres musculaires et débloque, une à une, les tensions accumulées au niveau du visage. On chauffe les muscles, on crée un afflux sanguin tout en sculptant la morphologie osseuse du visage. L’ovale est redessiné et tonifié, les pommettes sont rehaussées, le sillon repulpé. L’originalité de cette technique consiste notamment à intervenir à l’intérieur de la bouche (des gants stériles sont utilisés par la praticienne à cet effet) afin d’agir sur les fibres musculaires internes en profondeur. Par ce massage, on débloque les nœuds énergétiques, avec un réel impact sur la relaxation et la détente. Les tensions faciales comme émotionnelles sont déliées.

HORAIRE

Les mercredis 14, 21, 28/10, 18, 25/11, 2, 9, 16/12/20 de 17h30 à 21h30

PROGRAMME - 32H

- Introduction à la théorie du Face Sculpting et du massage intra-oral
- Démonstration
- Mise en pratique

FORMATRICE

Paola Bruzzese esthéticienne, facialiste certifiée diplômée Face Sculpting, créatrice de la SKIN GYM ET RAJEUNISSEMENT SCULPTÉ DU VISAGE.

PUBLIC

Cette formation s'adresse aux esthéticiennes

PRÉREQUIS

Être esthéticienne confirmée avec une expérience en massage facial

MATÉRIEL A PRÉVOIR

Deux grands essuies, un petit essuie, un plaid, une boîte de mouchoirs, matériel pour se démaquiller. Merci de vous présenter à la formation avec des ongles courts. Il n’y a pas de modèle à prévoir, vous vous exercerez par binômes.



PRIX

195 €

(comprend 1 jade
Gua Sha et 1 roller)

MASSAGE FACIAL ANTI-ÂGE GUA SHA

PROGRAMME - 6H

Cette formation est destinée à un usage professionnel. Vous apprendrez, pas à pas, tous les gestes clés professionnels pour savoir manier les outils roll-ons et Gua Sha et ainsi proposer ce soin complet sur-mesure. Vous pourrez également transmettre "L'automassage Gua Sha" à vos clientes en session individuelle ou collective.

- Théorie
- Pratique du massage Gua Sha
- Automassage avec les Gua Sha afin que vous puissiez l'enseigner à vos clientes

Votre kit Gua Sha vous est offert.

PUBLIC

Esthéticiennes

PRÉREQUIS

Être esthéticienne confirmée avec une expérience en massage facial

MATÉRIEL À PRÉVOIR

2 grands essuies, 1 petit essuie, un plaid, une boîte de mouchoirs, du matériel pour se démaquiller.

Merci de vous présenter à la formation avec les ongles courts.

OBJECTIFS

Le Gua Sha est pratiqué en médecine traditionnelle chinoise depuis des milliers d'années. Perfectionné à travers les siècles, ce soin dispensé grâce à un outil exfoliant a un effet embellissant et raffermissant pour la peau.

Ce nouvel allié de charme rend la peau nette et lisse et procure de nombreux bienfaits :

- Il tonifie l'ovale du visage et détend l'ensemble des muscles du visage
- Il aide à lutter contre le relâchement cutané par les manœuvres liftantes du Gua Sha
- Il stimule profondément la synthèse de collagène et d'élastine par la stimulation de la microcirculation
- Il lisse et affine le grain de peau par une meilleure oxygénation cellulaire. Il améliore l'aspect général de la peau, pour une peau plus lisse et éclatante de jour en jour
- Il lisse rides et ridules par des manœuvres de stretching et de défroissage musculaire
- Il améliore cernes et poches par des techniques de drainage

FORMATRICE

Paola Bruzzese, facialiste certifiée, esthéticienne diplômée

HORAIRE

Le lundi 18/01/21 de 9 à 17h



INITIATION À LA LITHOTHÉRAPIE

DÉCOUVERTE DES PIERRES ET CRISTAUX

PRIX
102 € / module

OBJECTIFS

Littéralement, la lithothérapie signifie « le soin par les pierres ». Cette technique consiste à utiliser l'énergie dégagée par les pierres pour améliorer le bien-être de la personne.

Ce module de formation devra vous permettre de :

Pour le niveau 1, d'appréhender facilement l'univers des pierres et des cristaux en les intégrant dans votre quotidien. Pouvoir s'épanouir et évoluer de manière positive un peu plus chaque jour. Trouver Sa pierre, un nouveau compagnon de route sur son chemin de vie.

Ce module constitue un prérequis pour la formation de massage aux cristaux et aux pierres semi-précieuses.

Pour le niveau 2, de vous offrir toutes les possibilités de soins que vous pourrez élaborer avec les cristaux. À la fin de cette journée, vous pourrez appréhender le monde minéral d'une façon différente et très ouverte.

FORMATRICE

Stéphanie Dumont, masseuse, énergéticienne, lithothérapeute, fondatrice de Téchahé

HORAIRE

Niveau 1

Le mercredi 18/11/20 de 9h30 à 16h30

Niveau 2

Le mercredi 25/11/20 de 9h30 à 16h30

PROGRAMME - NIVEAU 1 - 6H

- Petite histoire de la lithothérapie
- Pierres et cristaux : à quoi ça sert ? où les placer ? ...
- Faisons connaissances avec les pierres du quotidien
- Prendre soin de ses pierres : nettoyage, rechargement,
- Exercices pratiques : manipulations, rencontres et découverte de Sa pierre...

PROGRAMME - NIVEAU 2 - 6H

Vous devez avoir suivi le niveau 1 comme prérequis

- Lithothérapie : rappel et réflexions
- Les 2 états de base
- Les 7 systèmes cristallins
- Révision des 3 principes de formation des pierres
- Les Chakras : dysfonctionnement et travail en lithothérapie
- Les pierres et leurs émotions
- Apprendre à ressentir et communiquer avec les cristaux
- Travaux pratiques et méditations

PUBLIC

Professionnels du bien-être, esthéticiennes, thérapeutes, coachs...



PRIX

309 €
(inclus un kit
de pierres)

MASSAGE AUX CRISTAUX ET AUX PIERRES SEMI-PRÉCIEUSES

PROGRAMME - 12H

- Découverte du matériel et des pierres : forme, propriétés,...
- Installation du massé
- Position du masseur : petit rappel
- Application du massage sur les différentes zones du corps
- Partage sur l'expérience du soin
- Exercices pratiques : Ressenti du masseur et du massé pendant le soin
- Un kit de pierres (2 bâtons, 3 galets et pierres chakras) est inclus dans le coût de la formation

PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le module d'initiation à la lithothérapie

PUBLIC

Professionnels du bien-être, esthéticiennes, thérapeutes,...

OBJECTIFS

Ce massage énergétique procure détente et relaxation.

Suite à cette formation, vous pourrez :

- Transmettre un massage complet en sélectionnant les pierres adéquates aux besoins du massé
- Acquérir une approche holistique de ce soin
- Adapter le massage à chaque personne
- Offrir un soin toujours différent en restant ultra personnalisé

FORMATRICE

Stéphanie Dumont, Masseuse, énergétique, lithothérapeute, fondatrice de Téchahé

HORAIRE

Les mercredis 20, 27/01 et 3/02/21
de 18 à 22h



INITIATION AU REIKI - 1^{ER} DEGRÉ

PRIX
204 €

OBJECTIFS

Le Reiki (= Énergie de Souffle Universel) est un système de bien-être naturel qui permet de canaliser l'Énergie Universelle de Vie grâce à l'apposition des mains, dans le but de restaurer l'harmonie globale de l'Être et de traiter à la fois les plans physique, émotionnel, mental et spirituel.

Le Reiki étant une Énergie Universelle, il peut être utilisé partout et à tout moment de notre quotidien. Il n'est pas impératif d'être en méditation, de se réserver un endroit bien spécifique pour l'utiliser. C'est exactement le même principe que manger chez soi ou aller au restaurant, le but est de manger. Il en va de même avec le Reiki. Il est possible de s'octroyer des moments et endroits bien spécifiques pour utiliser le Reiki mais aussi dans nos gestes et lieux quotidiens.

FORMATRICE

Mei-Ling Myung-Sook, maître-enseignant Reiki Usui & Tibétain, maître-enseignant Flamme Violette et maître-enseignant New Paradigm

HORAIRE

Le vendredi 27/11 et samedi 28/11/20 de 9 à 16h

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un polar, un drap housse une personne, un coussin de méditation (pour les personnes qui en possèdent).

PROGRAMME - 12H

Cette formation se veut essentiellement basée sur la pratique.

- Présentation du Reiki et de Mikao Usui
- Les 5 principes du Reiki
- Le Reiki
- La signification de l'Initiation
- Les 4 degrés du Reiki
- Le 1^{er} degré Reiki
- Les 4 initiations du 1^{er} degré Reiki
- Les Chakras
- L'équilibrage des Chakras et lissage de l'aura
- Le centrage et l'ancrage
- Le protocole avant traitement
- Le traitement et explications (pratique)
- Les sensations
- Les effets secondaires du traitement
- Les limites d'utilisation
- Les techniques japonaises
- La déontologie
- Le lâcher-prise
- La lignée

**PRIX**

200 €

ou 12 CF* / session

PILATES – MODULE D'INITIATION

PROGRAMME - 12H

- Comprendre les fondements de la méthode Pilates sur la base d'un set de mouvements issus du répertoire Pilates
- Structurer un cours de Pilates en s'inspirant de la logique du yoga pour plus de fluidité
- Utiliser la méthode Pilates comme outil efficace permettant de construire n'importe quel entraînement collectif ou individuel avec une prise de conscience du corps, une meilleure posture, une amélioration de la qualité des mouvements fonctionnels, de l'endurance, de la coordination avec la respiration pour plus d'efficacité

Le programme détaillé se trouve sur www.formation-continue.be

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue relax et un essuie-main

PRÉREQUIS

- Des connaissances en anatomie sont indispensables à la compréhension des mouvements enseignés dans les cours de sport collectifs et individuels. Si vous ne les possédez pas, nous vous recommandons de suivre au préalable la formation de 18 heures en approche et connaissance du corps humain
- Notions de pédagogie, technique et communication enseignées aux instructeurs de cours collectifs et individuels

PUBLIC

- Instructeurs fitness
- Instructeurs récemment formés par Pilates
- Personal Trainers - Coachs sportifs
- Thérapeutes - Coachs bien-être
- Professeurs d'éducation physique
- Kinésithérapeutes

FORMATRICE

Yasmine Cosan, instructeur en Pilates, Chiball, yoga et Core training et personal trainer

HORAIRE**Session 1**

Les mardis 13 et 20/10/20 de 9 à 16h

Session 2

Les mardis 10 et 17/11/20 de 9 à 16h

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : professionnel de la remise en forme, instructeur fitness, entraîneur sportif, personal trainer, thérapeute-conseiller en bien-être, professeur d'éducation physique, kinésithérapeute



PILATES – MODULE SENIORS ET FEMMES ENCEINTES

PRIX
200 € ou 12 CF**

* Un DVD reprenant tous les exercices étudiés est à acheter en plus du droit d'inscription au prix de 45 €.

PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le module Pilates Initiation ou avoir les compétences équivalentes

PUBLIC

Instructeurs Pilates, coaches sportifs, instructeurs fitness diplômés, professeurs de yoga et kinésithérapeutes.

FORMATRICE

Yasmine Cosan, instructeur en Pilates, Chiball, Yoga, Core training et personal trainer

HORAIRE

Les mardis 19 et 26/01/21 de 9 à 16h

PROGRAMME - 12H

Un programme d'exercices (basé sur le dvd « ChiBall™ for older adults) sera enseigné pour créer une routine de mouvements à faible impact sur les articulations. Les exercices « modifiés » proposés peuvent être enseignés aussi bien en position debout qu'assise. Ces exercices sont idéaux pour les seniors, les personnes devant récupérer à la suite de maladies ou blessures, les femmes enceintes et les personnes à mobilité réduite.

Ce programme vise à améliorer la santé générale, à diminuer les douleurs de dos et d'épaules, le stress et la tension et à accroître la concentration, l'équilibre et la coordination.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue relax et un essuie-main

NOUVEAU !

PILATES : MODULE SPÉCIFIQUE STRETCHING

PRIX
100 €

PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le module Pilates Initiation ou avoir les compétences équivalentes

PUBLIC

Instructeurs Pilates, coaches sportifs, instructeurs fitness diplômés, professeurs de yoga et kinésithérapeutes

FORMATRICE

Yasmine Cosan, instructeur en Pilates, Chiball, Yoga, Core training et personal trainer

HORAIRE

Le mardi 12/01/21 de 9 à 16h

PROGRAMME - 6H

Ce module spécifique « Stretching » doux met toujours en application les fondements de la méthode Pilates pour protéger et renforcer la colonne vertébrale, continuer à renforcer la musculature abdominale profonde et améliorer le souffle tout en diminuant le stress.

Il s'agit d'une approche pratique d'une série de mouvements basés principalement sur l'éveil de la conscience des muscles et des articulations, l'amélioration, l'augmentation de la souplesse de la cage thoracique et du diaphragme, ... pour équilibrer le corps et améliorer la posture.

Les exercices abordés conviennent tout particulièrement pour les personnes trop longtemps assises derrière un bureau et/ou aux personnes souffrant du dos ou en réhabilitation,...

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue relax et un essuie-main

** CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : professionnel de la remise en forme, instructeur fitness, entraîneur sportif, personal trainer, thérapeute-conseiller en bien-être, professeur d'éducation physique, kinésithérapeute



MOD.1	MOD.2	MOD.3
200 € ou 12 CF*	100 € ou 6 CF*	100 € ou 6 CF*

REMEDIAL PILATES

(ÉPAULES, COLONNE ET BASSIN)

PROGRAMME

Module 1 : spécifique épaules (scapula motor control) - 12h

Dix-huit exercices de réhabilitation pour les problèmes d'épaules étudiés et décortiqués. Une variété d'exercices vous permettant de mener vos séances de rééducation, de coaching et/ou apporter une qualité supplémentaire aux exercices de vos cours collectifs.

Module 2 : spécifique colonne - 6h

La méthode ChiBall™ – Remedial Pilates – Spinal Motor Control se concentre sur la stabilité et la mobilité de la colonne vertébrale et plus précisément de la colonne lombaire. Elle permet notamment un travail de réhabilitation aux mouvements inhibés par la douleur. Les muscles principaux activés sont les muscles profonds, le plancher pelvien, le transverse de l'abdomen, le multifidus profond (lombaire) et le diaphragme. Dix-neuf exercices de réhabilitation pour les problèmes de colonne étudiés et décortiqués.

Module 3 : spécifique bassin - 6h

La méthode ChiBall™ - Remedial Pilates – Pelvic Motor Control se concentre sur les muscles du centre, multifidus – transverse – plancher pelvien, les fessiers et les muscles de l'articulation de la hanche.

Seize exercices de réhabilitation pour les problèmes du bassin étudiés et décortiqués.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue relax et un essuie-main

OBJECTIFS

Ces trois modules spécifiques complètent le module de base.

Ils vous permettront d'approfondir la méthode Pilates sur des zones ciblées du corps.

PUBLIC

Ces workshops s'adressent aux instructeurs ChiBall™, instructeurs Pilates, coachs sportifs, instructeurs fitness diplômés, professeurs de Yoga, kinésithérapeutes...

FORMATRICE

Yasmine Cosan, instructeur en Pilates, Chiball, yoga et Core training et Personal trainer

HORAIRE

Module 1

Les mardis 24/11 et 1/12/20 de 9 à 16h

Module 2

Le mardi 8/12/20 de 9 à 16h

Module 3

Le mardi 2/02/21 de 9 à 16h

REMARQUE

Un DVD reprenant tous les exercices étudiés est à acheter par module en plus du droit d'inscription au prix de 45 €

* CF = Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : professionnel de la remise en forme, instructeur fitness, entraîneur sportif, personal trainer, thérapeute-conseiller en bien-être, professeur d'éducation physique, kinésithérapeute



AROMA SANTÉ

PRIX NIV. 1
450 €

PRIX NIV. 2
315 €

OBJECTIFS

Pouvoir conseiller judicieusement la clientèle sur les différentes applications des huiles, véritables alliées en prévention et en médecine de terrain. Elles ont la possibilité d'être utilisées soit seules, soit en accompagnement d'une thérapie allopathique ou homéopathique.

FORMATRICE

Tina Russillo, naturopathe et conférencière internationale

HORAIRE

Niveau 1 : les lundis 12/10, 23/11, 7/12/20, 18/01, 8/02, 29/03, 19/04 de 18 à 22h et 3/05/21 de 18 à 20h

Niveau 2 : les lundis 26/10, 9/11, 14/12/20, 25/01, 1/03 et 26/04/21 de 18h30 à 22h

PROGRAMME - NIVEAU 1 - 30H

- Définition, utilisation, propriétés physiques, critères de qualité des huiles essentielles.
- Les principales huiles végétales et leurs propriétés
- Les hydrolats
- Les bains aromatiques
- Les huiles essentielles à diffuser
- Les différents diffuseurs et leurs utilisations
- Les propriétés et indications de diverses familles biochimiques
- Propriétés, indications et applications des huiles essentielles pour la santé de la peau, le système respiratoire, locomoteur, nerveux, digestif, circulatoire et lymphatique, urinaire et gynéco

PROGRAMME - NIVEAU 2 - 21H

- Biochimie comparative des lavandes : Lavandula vera/Lavandula spicata/Lavandin
- Biochimie comparative des romarins : Romarin off Ct verbénone/ Ct camphre, Ct cinéole
- Biochimie comparative des thym : Thym vulgaris CT Linalol/Thujanol/ Thymol
- Exercices récapitulatifs
- L'aromathérapie pendant la grossesse et la pédiatrie : les familles biochimiques utilisées sans danger pendant la grossesse et en pédiatrie
- L'aromathérapie en algologie (les familles biochimiques utilisées dans la douleur aiguë)
- L'olfactothérapie en aide aux assuétudes
- Les composants biochimiques classés en triangle récapitulatif : le système respiratoire, locomoteur, nerveux et digestif.



PRIX
450 €

BIEN-ÊTRE AU NATUREL

PROGRAMME - 30H

- Les facteurs qui peuvent diminuer notre énergie et notre vitalité
- L'alimentation tonus et énergie
- Les compléments naturels « boosteurs »
- Les tisanes
- Les hydrolats et les huiles essentielles immunostimulantes
- Les anti-oxydants naturels
- Les énergisants naturels
- Les protecteurs de notre peau (huiles végétales et huiles essentielles)
- L'assiette santé
- Se libérer de la fatigue et du stress
- L'impact des aliments sur notre santé mentale et physique
- La détox sous toutes ses formes (phyto, aroma, hydrolathérapie)

OBJECTIFS

Cette formation présentera différents thèmes et les approches naturelles pour pouvoir améliorer, prévenir et soutenir le corps humain et ses émotions

FORMATRICE

Tina Russillo, naturopathe et conférencière internationale

HORAIRE

Les jeudis 21, 28/01, 4, 11/02 et 4/03/21 de 9 à 16h



FABRICATION DE PRODUITS D'ENTRETIEN NATURELS

PRIX
125 €

OBJECTIFS

Ce module vise à connaître et à utiliser les produits de base et matières premières pour réaliser ses produits ménagers. Vous apprenez les précautions d'usage, les règles d'association, les formules et dosages. Vous réalisez les produits indispensables pour le ménage écologique.

FORMATRICE

Claudine Carlens, aromathérapeute conseillère en phyto-cosmétique et créatrice d'une gamme de cosmétiques naturels

HORAIRE

Le lundi 26/10/20 de 9 à 17h

PROGRAMME - 7H

- Présentation des symboles et pictogrammes utilisés sur les produits ainsi que leur signification
- Description des familles de produits de nettoyage écologique
- Réalisation d'une recette pour chaque pièce de la maison en mode 100% naturel
- Atelier pratique : vous confectionnez des tablettes lave-vaisselle, poudre désinfectante pour WC, nettoyeur multi-usages et pierre à récurer

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Des contenants pour emporter les différents produits réalisés

FABRICATION DE PRODUITS D'HYGIÈNE CORPORELLE NATURELS

PRIX
125 €

OBJECTIFS

Ce module pratique vise à vous apprendre à composer vos formules pour fabriquer vos propres produits naturels pour l'hygiène corporelle. Vous pourrez acquérir les techniques de fabrication en réalisant plusieurs recettes personnalisées.

FORMATRICE

Claudine Carlens, aromathérapeute conseillère en phyto-cosmétique et créatrice d'une gamme de cosmétiques naturels

HORAIRE

Le lundi 23/11/20 de 9 à 16h

PROGRAMME - 6H

Aspects théoriques

- Découverte et utilisation des bienfaits des huiles végétales, huiles essentielles, beurres végétaux et hydrolats aromatiques
- Étude des émulsifiants, tensioactifs, glycérine végétale, poudre végétale, argile, rhassoul

Aspects pratiques

- Fabrication de cosmétiques sains et naturels. Dentifrice, shampooing solide, gel désinfectant pour les mains, déodorant solide

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Des contenants pour emporter les différents produits réalisés



PRIX
210 €/session

FABRICATION DE COSMÉTIQUES NATURELS

PROGRAMME - 12H

Aspects théoriques

- Définition des besoins réels de la peau et analyse des différents rituels de soins de beauté
- Découverte et utilisation des bienfaits des huiles essentielles, des huiles et beurres végétaux et des hydrolats
- Étude des argiles, émulsifiants, gélifiants, glycérine végétale, acide hyaluronique, conservateurs naturels...
- Apprendre à mettre en œuvre les ingrédients et produits de base dans des recettes

Aspects pratiques

- Fabrication de cosmétiques bio et naturels visage et corps : exfoliant doux, démaquillant aux plantes, soin capillaire, lait corps nourrissant, baume à lèvres et crème visage hydratante

Chaque participant repart avec ses confections ainsi qu'un syllabus avec les recettes et informations sur les ingrédients.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Des contenants pour emporter les différents produits réalisés

OBJECTIFS

Cette formation vous permettra de connaître et d'utiliser les principes actifs et les composants des matières premières spécifiques à la cosmétique maison.

Vous pourrez acquérir les techniques de fabrication en réalisant plusieurs recettes.

FORMATRICE

Claudine Carlens, aromathérapeute et créatrice d'une gamme de cosmétiques naturels.

HORAIRE

Session 1 à Liège

Les lundis 12 et 19/10/20
de 9 à 16h

Session 2 à Liège

Les mercredis 18 et 25/11/20
de 9 à 16h

Session 3 à Verviers

Les lundis 30/11 et 7/12/20
de 9 à 16h



NUTRITION DE BASE

PRIX
528 €
ou 44 CF*

OBJECTIFS

Les attentes d'une partie toujours plus importante du public sont orientées vers la santé et la nutrition. Les connaissances en nutrition deviennent donc indispensables dans de nombreux métiers, que ce soit dans le domaine du bien-être, du sport, de l'alimentation et de l'HORECA. Cette formation théorique vous permettra d'appréhender les bases de la nutrition, à savoir :

- l'organisation générale du corps humain et ses principaux systèmes
- les bases de la physiologie digestive et le métabolisme des nutriments
- les rapports entre alimentation et santé
- les différents constituants des aliments végétaux et animaux
- les bases de l'alimentation spécifique
- la lecture d'une étiquette alimentaire de façon avisée.

FORMATRICE

Danielle Mauhin, diététicienne

PUBLIC

Métiers du bien-être et de l'alimentation

HORAIRE

Les mardis 13, 20, 27/10, 10, 17, 24/11, 1, 8, 15/12/20 et 5/01/21 de 18 à 22h.
Examen le 12/01/21.

PROGRAMME - 48H

Anatomie et physiologie, physiologie digestive (12h)

- Organisation générale du corps humain
- Cellules et tissus
- Les principaux systèmes du corps humain
- Physiologie digestive, métabolisme des nutriments

Diététique (32h)

- Alimentation et santé
- Buts de l'alimentation
- Étude des différents constituants des aliments végétaux et animaux
 - Protéines
 - Lipides
 - Glucides
 - Fibres
 - Eau
- Étude de l'alimentation équilibrée
- Notion de poids idéal
- Besoins de l'être humain
- Introduction à l'alimentation spécifique
 - de l'enfant
 - de la personne âgée
 - de la femme enceinte
 - de l'adolescent
 - du sportif
 - du diabétique
 - du colitique
 - notions d'intolérance et allergie

Examen écrit portant sur la matière vue (4h)

* CF = Les Chèques-Formation – sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p. 54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : professionnel de la remise en forme, instructeur fitness, entraîneur sportif, personal trainer, thérapeute-conseiller en bien-être, professeur d'éducation physique, kinésithérapeute

**PRIX**

340 € / module

INITIATION PRATIQUE À LA NUTRITHÉRAPIE

PROGRAMME - MODULE 1 - 20H

Nutrithérapie de base ; nutriments et micronutriments indispensables au bon fonctionnement de notre organisme.

- Vitamines
- Minéraux
- Protéines
- Acides gras
- Glucides

MODULE 2 - 20H

Nutrithérapie, immunité et inflammation

- Condiments prophylactiques ou thérapeutiques
- Pré et probiotiques
- Alicaments (aliments-médicaments) ou « super aliments, polyphénols, etc. »
- Allergènes 1 ; laits végétaux ou lactose
- Allergènes 2 ; farines avec ou sans gluten

MODULE 3 - 20H

Crudessence et alimentation vivante

- Graines germées
- Lactofermentation
- Les céréales, avec ou sans gluten ?
- Légumes, oubliés ou pas
- Jeûne alimentaire

Le programme détaillé est à découvrir sur www.formation-continue.be

PUBLIC

Secteur de la distribution de produits alimentaires, HORECA, herboristes, diététiciens, naturopathes, nutritionnistes, candidat à la formation de nutrithérapeute, éducateurs ou enseignants...

Toute personne intéressée par l'alimentation saine, la « santé au naturel » et « prévenir ou co-traiter les infections, les pathologies inflammatoires ou dégénératives ».

OBJECTIFS

D'un point de vue sémantique, le terme de "nutrithérapie" désigne le fait de prendre soin de soi via l'alimentation.

La nutrithérapie propose une approche centrée sur les besoins, les carences et les troubles divers de notre organisme.

Elle ne se contente pas de faire disparaître un symptôme mais en cherche la ou les causes originaires dans les modes alimentaires ou de vie. Elle prévient ou agit sur la cause du mal en parfaite symbiose avec l'organisme, en amont du symptôme.

Nous vous proposons trois modules de formation complémentaires pouvant se suivre indépendamment l'un de l'autre. Chaque séance porte sur un thème particulier et allie une partie théorique avec une partie pratique d'élaboration de recettes en cuisine à laquelle vous participerez activement.

La fin de la séance est consacrée à une dégustation des préparations cuisinées.

FORMATRICE

Céline Delrez, infirmière et nutrithérapeute

HORAIRE**Module 1**

Les samedis 10, 17, 24 octobre, 7 et 14 novembre 2020

Module 2

À définir en 2021

Module 3

À définir en 2021



CONSEILLER EN BIEN-ÊTRE

PRIX
1.350 €

OBJECTIFS

La formation répond au besoin d'analyser et de comprendre une situation de vie vécue par une personne et de rétablir avec elle ses priorités pour l'aider à retrouver un équilibre et pouvoir continuer à aller de l'avant. Elle vise à améliorer ses qualités d'accueil, d'écoute et de relations et de techniques dans le but d'amener les patients ou les clients vers une situation de mieux-être en relation directe avec leurs priorités.

PUBLIC

Cette formation s'adresse aux personnes travaillant dans l'accueil, l'écoute et la relation d'aide aux personnes : infirmières, esthéticiennes, kinésithérapeutes, mais aussi à toute personne souhaitant contribuer au bien-être d'autres personnes en les encourageant à mettre en route leurs projets personnels. Elle conviendra à ceux qui souhaitent conseiller ou coacher par le biais de consultations ou d'animations de groupe.

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et sage-femme spécialisée en prévention santé et en médecine chinoise. Elle forme des consultants en life coaching, en massothérapie et Feng shui.

HORAIRE

Les vendredis à partir du 16/10/20 de 9 à 13h.
Fin des cours le vendredi 21/05/21.
Séance d'information gratuite le 11/09/20 à 11h au Centre IFAPME - rue du Château Massart, 70 - 4000 LIEGE

Inscription préalable à la séance d'information obligatoire par téléphone au 04/229 84 60 ou par mail sylvie.kempf@centrefapme.be

PROGRAMME - 90H

Module préparatoire : définir le rôle du conseiller ou du coach bien-être, ses possibilités et ses limites d'intervention. Comment réaliser un bilan, une photographie du moment présent chez une personne ?

Module 1 : Être soi : découvrir ou redécouvrir les potentialités d'un individu, ses qualités, ses compétences et ses valeurs pour qu'il ait le choix de mieux orienter sa vie.

Module 2 : Affirmation de soi : oser être soi dans le monde actuel, les outils pour s'accepter et s'affirmer.

Module 3 : Confiance en soi : pourquoi et comment développer son intuition, faire confiance à sa voix intérieure.

Module 4 : Amélioration de sa vie affective et sociale : les outils pour rééquilibrer carrière, foyer, vie sociale et bien-être.

Module 5 : Identifier les besoins et apprendre à demander de l'aide : ouvrir son cercle de connaissances, d'aides et de relations en fonction de ses projets.

Module 6 : Comment travailler à la diminution du stress ? Identifier ses priorités : mieux gérer son temps, éliminer le stress pour retrouver de l'énergie. Pratique de différentes techniques antistress.

Module 7 : Mettre en route les projets. Comment les redécouvrir, les classer, les hiérarchiser pour pouvoir les voir se mettre en place.

Module 8 : Acceptation de la réussite. Comment déjouer les croyances, appliquer la psychologie positive et la pensée créatrice ?

Module récapitulatif : Bilan personnel et travail de groupe

Le programme détaillé de la formation se trouve sur www.formation-continue.be



PRIX
300 € /session

LA PLEINE CONSCIENCE DES 5 SENS ET RELAXATION

PROGRAMME - 20H

Découverte de la technique de la pleine conscience et des méthodes de relaxation :

- La pleine conscience
- La méditation
- La marche consciente
- Les huiles essentielles pour la méditation
- La conscience et la médecine chinoise, le shen
- Les techniques de méditation « actives »
- Les aides au changement
- La zen attitude
- Le lâcher prise
- Les techniques de relaxation et de flash relaxation
- Les techniques pratiques de recentrage

PUBLIC

Toute personne souhaitant utiliser ces techniques dans son quotidien ou dans le cadre de ses activités. Cette formation concerne les publics suivants :

- Toute personne qui souhaite utiliser ces techniques pour se détendre ou se relaxer
- Toute personne qui se trouve dans la relation d'aide aux autres par sa pratique professionnelle ou le bénévolat
- Toute personne qui souhaite aider les personnes de son entourage professionnel ou relationnel grâce à ces techniques

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Une tenue relax

OBJECTIFS

La pleine conscience est appelée aussi méditation ou mindfulness. Il s'agit de bien se centrer sur le moment présent par une attention juste et une présence attentive. Cette conscience vigilante des 5 sens est une thérapie expérimentée et admise par le corps médical pour réduire le stress et prévenir les rechutes dépressives.

Durant cette formation, nous allons expérimenter plusieurs techniques de pleine conscience, de recentrage et de relaxation. Nous alternerons, pour cette formation, la théorie et les ateliers pratiques. Un autre objectif est d'apprendre à animer des ateliers en groupe sur ces techniques.

FORMATRICE

Katia Maréchal, formatrice en développement personnel et communication, praticienne en pleine conscience

HORAIRE

Session 1 à Verviers

Les mardis 8, 15, 22/09, 6 et 13/10/20 de 8h30 à 12h30

Session 2 à Liège

Le samedi 24/10/20 de 10h à 12h
et les samedis 31/10, 14, 21, 28/11, 5 et 12/12/20 de 9 à 12h

Session 3 à Liège

Le samedi 30/01/21 de 10h à 12h et les samedis 6, 13, 27/02, 6, 13 et 20/03/21 de 9 à 12h

Séance d'information gratuite le 25/08/20 à 18h30 au Centre IFAPME - rue du Château Massart, 70 - 4000 LIEGE

Inscription préalable pour la séance d'information : par téléphone au 04/229 84 60 ou par mail : sylvie.kempf@centrefapme.be

NOUVEAU !



DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

LA PLEINE CONSCIENCE

AVEC LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS
AU SERVICE DE LEUR BIEN-ÊTRE

PRIX
210 €

OBJECTIFS

La pleine conscience et sa pratique contemplative favorisent le développement du savoir-être, cultivent le bien-être personnel et soutiennent le développement de la capacité d'empathie. La pleine conscience permet de réaliser que les expériences internes (corps, pensées) sont des phénomènes passagers. Cette formation abordera la pratique et les fondements de pleine conscience dans le cadre de l'accompagnement des enfants & adolescents, que ce soit dans le contexte professionnel ou personnel. Cette pratique permet aux enfants et adolescents de mieux apprivoiser leurs émotions et leur stress, d'améliorer leurs capacités de concentration et d'attention et de développer leur capacité de bienveillance envers eux-mêmes et les autres.

FORMATRICE

Joëlle Iland, coach professionnel et privé, coach scolaire.

HORAIRE

Les vendredis 13, 20, 27/11 et
4/12/20 de 9 à 12h30

PROGRAMME - 14H

Les axes abordés seront:

1. La pleine conscience avec les enfants (6-12 ans)
2. La pleine conscience avec les adolescents (12-13 à 18-25 ans)

Lors de chaque session de formation, des pratiques seront présentées et expérimentées pour pouvoir les intégrer dans l'activité professionnelle ou dans le contexte privé avec pour objectif de :

- Découvrir les principes, fondements et la pratique de la pleine conscience
- Proposer des pratiques, des exercices, des mises en situation fondés sur les principes de la pleine conscience et permettant le développement de la confiance en soi, la concentration, l'attention, la gestion des émotions et la gestion du stress
- Apprendre des approches spécifiques à la pleine conscience transférables dans le contexte professionnel ou personnel

PUBLIC

Tout professionnel ou particulier souhaitant découvrir la pratique de la pleine conscience afin de pouvoir l'appliquer dans le cadre du travail ou des relations personnelles avec les enfants et les adolescents.



PRIX
445 €

COACH SPÉCIALISÉ EN « RECENTRAGE »

PROGRAMME - 36H

Les grands classiques du coaching :

- Les compétences
- Les valeurs
- L'analyse des besoins
- La gestion des émotions

La méthode japonaise « IKIGAI » :

Pour retrouver sa raison d'être, aller à la découverte ou la redécouverte de soi :

- De nos passions
- De nos dons
- De notre mission
- Des besoins de l'humanité

Redessiner son avenir avec du sens :

Grâce à différentes techniques dont

- La relaxation
- La visualisation créatrice

Mettre en place les moyens pour garder le cap :

Comment garder ses projets en tête pour donner plus de sens à sa vie en ne se laissant pas accaparer par les situations et les personnes vampirisantes.

- Par la zen attitude
- La pensée positive
- L'art thérapie

PUBLIC

Cette formation concerne les personnes qui sont dans la relation d'aide aux autres par leur pratique professionnelle ou de bénévolat (Coach, conseiller, animateur, éducateur, gestionnaire d'équipe etc.), mais aussi pour les personnes souhaitant pratiquer le recentrage pour elles-mêmes ou aider les personnes de leur entourage professionnel ou relationnel à améliorer le recentrage sur soi, sur leurs projets personnels et/ou professionnels.

OBJECTIFS

Le recentrage permet de donner du sens à sa vie, de trouver une raison d'être, la joie de vivre et des activités qui font vibrer pour une meilleure santé.

Cette formation de 6 jours, théorique et pratique, vous permettra de mieux accompagner vos clients ou vos patients en leur permettant d'être encore plus eux-mêmes.

L'objectif principal est d'encourager vos proches, vos clients et vos patients à se recentrer sur leurs projets en séance individuelle.

Nous alternerons, pour cette formation la théorie et les ateliers pratiques, ce qui veut dire que nous serons alternativement coach et coaché, nous pratiquerons sur nous-même pour mieux comprendre et ressentir les outils conseillés.

Un autre objectif est d'apprendre à animer des séances de recentrage en petits groupes.

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et sage-femme spécialisée en prévention santé et en médecine chinoise. Elle forme des consultants en life coaching, en massothérapie et Feng shui.

HORAIRE

Les samedis 17, 31/10, 14, 28/11, 5 et 12/12/20 de 9 à 16h



COACHING SPÉCIALISÉ EN GESTION DU STRESS

PRIX
445 €

OBJECTIFS

Notre formation de 6 jours, théorique et pratique, vous permettra de mieux accompagner vos clients ou vos patients en leur permettant d'identifier le burnout, d'éviter la fatigue, de prévenir l'épuisement, sortir de l'état dépressif dû au stress, de remonter leur énergie vitale. Ce programme, en lien avec la médecine intégrative allie la théorie et la pratique relatives à la pleine conscience et à la psychologie positive. Nous alternerons les formations et ateliers sur trois axes :

- Bien dans sa tête avec l'utilisation d'outils spécifiques tels que le mind mapping, la psychologie positive, etc
- Bien dans son corps en utilisant différents massages, la méditation, relaxation, aromathérapie, etc
- Bien dans son environnement en pouvant animer des ateliers de pleine conscience, etc

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et sage-femme spécialisée en prévention santé et en médecine chinoise. Elle forme des consultants en life coaching, en massothérapie et Feng shui.

HORAIRE

Les samedis 16, 30/01, 13, 27/2, 13 et 27/03/21 de 9 à 16h

PROGRAMME - 36H

Vos cours théoriques « Gestion du stress » :

- Identification du stress, des pertes d'énergies, des progressions et des solutions
- Psychologie positive, comment transformer les émotions négatives et les ressentiments.
- Médecine chinoise : méridiens et points spécifiques antistress et antifatigue
- Les cinq clés de l'énergétique chinoise pour remonter l'énergie vitale
- La cuisine énergie selon la médecine chinoise

Vos ateliers pratiques « Énergie vitale » :

- L'aromathérapie pratique selon la médecine chinoise adaptée à la récupération d'énergie
- Automassage et massage selon la médecine chinoise
- Méditation, relaxation et pleine conscience
- Stretching et étirement des méridiens

PUBLIC

Cette formation concerne les personnes qui sont dans la relation d'aide aux autres par leur pratique professionnelle ou de bénévolat et concernées par la question du stress : coach, conseiller, animateur, éducateur, gestionnaire d'équipe, etc.

Le détail des formations se trouve sur notre site www.formation-continue.be

PRIX
180 €

IKIGAI



PROGRAMME - 12H

Cours théoriques de base :

- Définition et origine de l'ikigai
- Approches complémentaires d'autres cultures.
- Art-thérapie et technique d'ancrage.

Ateliers pratiques :

Les ateliers pratiques se réalisent en binômes ou petits groupes.

1. À partir de questions essentielles, nous allons explorer différents outils pratiques permettant d'établir votre Ikigai.
 - Quelles sont vos compétences fortes et vos talents ?
 - Qu'est-ce qui vous rend enthousiaste et vous donne de l'énergie ?
 - Pourquoi aimeriez-vous être reconnu ou rémunéré ?
 - De quoi, selon vous, le monde a-t-il besoin ?
 - Quelles actions, quelles professions vous font rayonner ?
 - Quelles sont vos passions et les choses qui vous exaltent ?
 - Quelles pourraient être votre mission et votre vocation ?
2. Nous déterminerons ensuite comment mettre en place votre Ikigai personnalisé et le faire vivre au quotidien.

Nous mettrons en pratique sur nous-même les outils de la formation et alternerons la théorie et les ateliers pratiques, ce qui veut dire que nous serons alternativement coach et coaché. Cette approche pédagogique nous permettra de mieux comprendre et ressentir les outils conseillés.

OBJECTIFS

La méthode IKIGAI est une philosophie japonaise qui permet de rendre du sens à sa vie.

Cette formation de 2 jours, intensive, théorique et pratique, vous permettra de mieux accompagner vos clients ou vos patients en leur permettant de se découvrir ou de se redécouvrir pour trouver les projets qui donnent un sens à leur vie.

Ce programme, est une spécialisation et un approfondissement des techniques de coaching et de conseiller en bien-être

PUBLIC

Cette formation concerne les personnes qui sont dans la relation d'aide aux autres par leur pratique professionnelle ou de bénévolat souhaitant aider les personnes de leur entourage professionnel ou relationnel à améliorer la connaissance d'elles-mêmes et à mettre en place leurs projets.

Coach, conseiller, animateur, éducateur, gestionnaire d'équipe et pour toute personne souhaitant améliorer la connaissance d'elle-même.

FORMATRICE

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et sage-femme spécialisée en prévention santé et en médecine chinoise. Elle est formatrice et animatrice en life coaching, en massothérapie et Feng shui.

HORAIRE

Les vendredis 11 et 18/09/20 de 9 à 16h



PROTECTION ET DÉGAGEMENT

PRIX
119 €

OBJECTIFS

Cette journée est tout aussi efficace que ce soit pour soi en tant que particulier qu'en tant que professionnel. Nous sommes confrontés quotidiennement à des énergies polluantes et vampirisantes de ceux qui nous entourent. Que nous soyons coach, infirmier, aide-soignant, conseiller, professeur, psychologue, éducateur nous interférons dans l'aura de nos « clients » et leurs énergies entrent en contact avec notre propre bulle. Si nous vivons avec des personnes négatives, dépressives, malades, nous sommes aussi confrontés à de la pollution extérieure. Il est difficile de rester dans une énergie pure lorsque les consultations se suivent et se mélangent dans notre lieu de travail. Même si nous avons réalisé un travail sur soi en profondeur, en tant qu'accompagnateur, nous risquons d'être mis en miroir avec nos propres blessures. Nos émotions et mémoires personnelles vont être réveillées. Cela risque de nous perturber et polluer pour le reste de la journée, semaine, mois, ... Si nous n'avons pas l'habitude de nous purifier énergétiquement, nous accumulons les énergies négatives ou basses. Nous entrons dans le syndrome de « l'éponge ». Ce stockage crée une fatigue intense, des douleurs, des insomnies, des perturbations d'humeur. Notre vie professionnelle va donc interférer sur notre vie personnelle et contaminer notre vie de famille et notre entourage.

L'objectif de cette journée est basé sur 2 pôles :

- Prévention et protection
- Dégagement et purification

PROGRAMME - 7H

Prévention et protection :

La préparation est essentielle à une belle présence et une pleine conscience.

La première partie de la formation sera basée sur cette prévention :

Apprendre les techniques de protection et d'alignement pour nous préparer à notre journée de travail ou de vie (réunion de travail, collègues, clients, réunion de famille).

Le dégagement et la purification :

Malgré notre préparation, selon notre état d'esprit ou de fatigue, nous risquons de nous laisser envahir ou polluer.

Les énergies subtiles ou entités peuvent quand même être présentes.

Cette partie nous apprendra à libérer et nettoyer nos lieux de travail ou de vie.

FORMATRICE

Nathalie MOREIRA D'OLIVEIRA.

Coach Énergétique®

PUBLIC

Tout professionnel amené à entrer dans « l'aura » de son client/patient : coach, infirmier, aide-soignant, conseiller, professeur, psychologue, massothérapeute, ...

HORAIRE

Le mardi 17/11/20 de 9 à 17h



PRIX
240 €

PATINES ET RELOOKING DE MEUBLES ET OBJETS DE DÉCO

Cette formation vous permettra de redonner vie et bel aspect à du mobilier et objets anciens aux moyens de diverses techniques de peintures (patines, usé, pochoirs...)

Apprenez à redécouvrir et mettre en valeur des meubles anciens, démodés et objets divers...

Et pourquoi pas des escaliers, ou une salle à manger ancienne ?

PROGRAMME - 20H

Accueil : Qu'est-ce que le relooking ?

- Les diverses étapes
- Présentation des produits et choix des teintes
- Présentation des objets à relooker apportés par vos soins
- Présentation de l'outillage à acquérir

Partie pratique sur l'objet :

- Préparation du support
- Appliquer une couche de primer
- Utiliser les outils
- Appliquer la technique choisie (diverses étapes de pose et de séchage)
- Correction éventuelle
- Vernissage

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Petit matériel fourni et possibilité d'acheter un set de matériel à conserver par la suite (150€)

OBJECTIFS

- Apprendre à évaluer le travail à apporter à l'objet (réparations, changement de quincailleries...)
- Choisir la technique la plus appropriée
- Évaluer les quantités de produits nécessaires
- Calculer le temps nécessaire en fonction des diverses étapes
- Maîtriser la ou les techniques choisies et l'appliquer à d'autres objets

FORMATRICE

Marie-Noelle Godefroid – Architecte d'intérieur – Travaille chez Espace Déco

HORAIRE

Séance d'accueil : le mercredi 7/10/20 de 18h30 à 20h30

Dates de cours : les mercredis 14, 21, 28/10, 18, 25/11 et 2/12/20 de 18h30 à 21h30

LIEU DE FORMATION

Centre IFAPME Huy-Waremme
Rue de Waremme 101
4530 Villers-le-Bouillet

NOUVEAU !



DÉCORATION

HOME ORGANISER

INITIATION

PRIX
225 €
ou 14 CF

OBJECTIFS

- Écoute active des besoins du client et recherche de solutions sur-mesure
- Désencombrement et rangement d'habitations
- Compétences organisationnelles, gestion du temps et optimisation de l'espace
- Accompagnement et aide aux clients : conseils, trucs et astuces, recommandations de lectures...
- Compétences commerciales pour le développement de l'activité

FORMATRICE

Pascale Louviaux, Home Organiser
www.chemindelharmonie.be

HORAIRE

Les jeudis 10 et 17/09/20 de 9 à 17h

PROGRAMME - 14H

- Définition du home organising
- Mindmapping
- Le champ d'action
- L'accompagnement du client
- Les différentes zones de l'habitat et leur symbolique
- Exercices pratiques
- Etude du désencombrement
- Etudes des profils types qui encombrer leur habitation
- Méthode de tri et désencombrement (conseils pratiques)

PUBLIC

Professionnels dans le secteur de la décoration, de l'architecture et de l'immobilier.

LIEU

Centre IFAPME de Verviers
Rue du Limbourg, 37 - 4800 VERVIERS

PRIX

225 € ou 14 CF*
en cours d'agrément

NOUVEAU !

HOME ORGANISER

PERFECTIONNEMENT

OBJECTIFS

- Tirer le meilleur des systèmes d'organisation et de rangement de chaque espace
- Développer l'écoute active pour favoriser un accompagnement de qualité
- Diagnostiquer les besoins profonds de votre clientèle
- Définir l'argumentaire adéquat et répondre aux objections de vos clients
- Dépasser vos obstacles pour faire décoller votre activité

FORMATRICE

Pascale Louviaux, Home organiser -
www.chemindelharmonie.be

HORAIRE

Les lundis 5 et 12/10/20 de 9 à 17h

PROGRAMME - 14H

- Mind mapping de rappel de la méthode de désencombrement, de rangement et d'organisation
- Approfondissement des outils du home organising : étude de cas pratiques
- Mieux comprendre vos clients : les 15 profils types qui encombrer leur habitation
- Approfondissement des outils du Home Management : développez votre côté organisationnel et aidez vos clients à en faire autant
- Mieux diagnostiquer les besoins profonds et motivations de vos clients
- Théorie et exercices pratiques
- Comment atteindre vos objectifs
- Elaboration de votre charte de qualité, de vos devis, ...

PUBLIC

Avoir déjà participé au module d'initiation

LIEU

Centre IFAPME de Liège
Rue du Château Massart 70 - 4000 LIEGE

50 * CF - Chèques-Formation - sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : restaurateurs de meubles, décorateurs, architectes d'intérieur

**PRIX**

240 €

ou 24 CF / session

**TAPISSIER-
GARNISSEUR****PROGRAMME - 24H**

- Dégarnir du mobilier de façon précise et sans abîmer l'objet
- Juger de l'état du mobilier et déterminer des éléments manquants, à remplacer ou à modifier
- Traiter les boiseries
- Utiliser les outils appropriés
- Réaliser la pose des tissus
- Réaliser les finitions du siège, travaux de couture ou aux clous

Pour les débutants

Utilisation de la technique de la pelote simple sur du mobilier de type chaise, tabouret ou prie-dieu.

Pour les chevronnés

Utilisation de la technique de garniture à l'ancienne (ressorts et guindage) sur du mobilier de type voltaire, crapeau ou cabriolet.

LIEUX DE FORMATION**Sessions 1 & 3 :**

Centre IFAPME Huy-Waremme
Rue de Waremme, 101
4530 Villers-Le-Bouillet

Session 2 :

Centre IFAPME de Verviers
Rue de l'Est, 18
4800 VERVIERS

OBJECTIFS

Effectuer une formation de tapissier-garnisseur, c'est avant tout dans le but d'acquérir une connaissance du mobilier d'hier et d'aujourd'hui afin de le rénover au mieux, tout en respectant son style original.

Au terme de la formation, les participants :

- disposeront des bases théoriques et pratiques du garnissage
- seront capables de restaurer un siège de A à Z avec l'aide du syllabus

FORMATRICE

Marie Failon, restauratrice de meubles anciens et tapissier-garnisseur de sièges
- Atelier Marie Failon

HORAIRE**Session 1 (Villers-le-Bouillet) :**

Séance d'accueil le mardi 20/09/20 à 18h30.
Les mardis 8, 15, 22, 29/09, 6, 13, 20 et 27/10/20 de 18h30 à 21h30

Session 2 (Verviers - Rue de l'Est) NEW :

Séance d'accueil le mardi 10/11/20 à 18h.
Les mardis 17, 24/11, 1, 8, 15/12/20, 5, 12 et 19/01/21 de 18 à 21h

Session 3 (Villers-le-Bouillet) :

Séance d'accueil le jeudi 12/11/20 à 18h30.
Les jeudis 19, 26/11, 3, 10/12/20, 7, 14, 21, 28/01/21 de 18h30 à 21h30

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Petit matériel fourni (qui reste la propriété du Centre de formation pour les différentes sessions) – les apprenants viennent avec / achètent un set d'outils (coût moyen : 150 €)

* CF - Chèques-Formation - sous réserve d'une modification de la législation actuellement en vigueur (voir p54). Les Chèques-Formation sont accessibles au public suivant : restaurateurs de meubles, décorateurs, architectes d'intérieur



HOME STAGING

PRIX
180 € ou 12CF

OBJECTIFS

Le Home Staging, qui signifie littéralement « Mise en scène de la maison », est un ensemble de techniques permettant de faciliter la vente ou la location d'un bien immobilier. Il s'agit donc de marketing immobilier.

PUBLIC

Décorateurs, coach déco, agents immobiliers...

FORMATRICE

Eve PASLEAU, décoratrice d'intérieur,
www.inside-inspiration.be

HORAIRE

Le lundi 5/10 de 9 à 17h et le jeudi
15/10/20 de 9 à 15h

PROGRAMME - 12H

- La mise en vente d'un bien immobilier : Pourquoi est-ce important de le préparer ?
- Comment présenter un bien sur Internet ?
- Utiliser la photographie comme outil
- Préparer le bien avant de le mettre en vente
- Le rôle du home stager
- La définition du Home Staging
- Contact avec le client
- Principes du Home Staging et les pratiques : couleurs, volumes, dépersonnalisation, décoration
- Techniques de valorisation de l'intérieur et l'extérieur du bien
- Comment développer son activité
- Exercice pratique dans une habitation (un travail à domicile est exigé entre les deux cours)

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Un appareil photo pour le 1^{er} jour

**PRIX**

300 € ou 12CF

LOGICIEL SKETCHUP PRO

INITIATION

PROGRAMME - 12H

- Faites connaissance avec l'environnement de travail
- Configurez Sketchup à vos projets
- Visualisez votre modèle 3D
- Dessinez en 2D
- Utilisez les outils de construction, les Inférences et de Modification
- Le menu contextuel
- Les groupes et les composants
- Donnez couleurs, textures et du style à votre modèle
- Organisez votre modèle 3D : structure, calques et scènes
- Imprimez votre modèle
- Réalisez une animation

PRIX

300 € ou 12CF*

PROGRAMME - 12H

- Configurer SketchUp en fonction de votre projet
- Importez une esquisse ou un plan 2D
- Devenez efficace avec les outils de dessin et de modification essentiels
- Devenez malin avec des outils additionnels
- Un peu d'ordre avec les groupes et composants
- Tirez parti des calques
- La 3D Warehouse au service de votre projet
- Optimisez vos composants
- Donnez couleurs et textures à votre modèle 3D
- Donnez du style à vos rendus
- Exercices pratiques

PRÉ-REQUIS

Connaissance des notions essentielles de la modélisation 3D avec Sketchup.

OBJECTIFS

Les outils essentiels de SketchUp sont assimilés au travers de la modélisation et de la présentation d'un modèle complet en 3D, de la première ligne jusqu'à l'impression.

FORMATRICE

Christel Chenot, architecte d'intérieur

HORAIRE

Les mardis 20 et 27/10/20 de 9 à 16h

NOUVEAU !

MODÉLISEZ UNE CUISINE

GRÂCE AU LOGICIEL SKETCHUP - PERFECTIONNEMENT

OBJECTIFS

Maîtrisez des outils et options additionnels aux notions essentielles de Sketchup afin d'être capable de représenter rapidement vos projets de cuisine en trois dimensions. Les outils et notions additionnels de Sketchup sont assimilés au travers de la modélisation et de la présentation d'un modèle de cuisine complet de la première ligne à l'impression.

FORMATRICE

Christel Chenot, architecte d'intérieur

HORAIRE

Les jeudi 26/11 et lundi 7/12/20 de 9h à 16h

AIDES FINANCIÈRES À LA FORMATION

Le Chèque-Formation

Le Chèque-Formation est une aide financière à la formation continue proposée aux PME wallonnes. Chaque chèque est valable pour 1 heure de formation par travailleur effectivement présent. D'une validité d'un an, il s'achète 15 € mais grâce à l'intervention de la Wallonie, il acquiert une valeur de 30 €, soit un subside de 15 € par heure de présence en formation ! Selon sa taille, l'entreprise bénéficie d'un nombre de chèques variant de 80 à 800 chèques par an.

Le Gouvernement wallon a décidé de modifier certains points du dispositif pour poursuivre pleinement les objectifs (notamment assurer l'employabilité ou renforcer les compétences des travailleurs sur le marché du travail) et assurer la pérennité du régime. Le nouveau décret prévoit un recadrage des formations qui peuvent être agréées et la révision des conditions d'agrément des opérateurs de formation. Ces modifications sont entrées en vigueur le 23 mars 2014.

Le système des Chèques-Formation s'applique toujours aux entreprises de moins de 250 travailleurs ayant au moins un siège d'activités en Région wallonne de langue française. Pour les nouveaux indépendants complémentaires, ils devront avoir cotisé depuis minimum 6 mois (2 trimestres complets) précédant la demande de subvention. Ils bénéficieront du dispositif à concurrence de 80 Chèques-Formation classiques et 20 Chèques-Formation langues.

Les formations s'adressent aux entreprises et aux travailleurs désireux d'améliorer leurs compétences dans un but professionnel. Le paiement par Chèque-Formation est exclusivement réservé à un public poursuivant un objectif professionnel. Les formations doivent ainsi être en lien direct soit avec l'emploi actuel, soit avec le développement de l'activité professionnelle de l'indépendant, soit avec le développement des compétences techniques et professionnelles du travailleur au sein de son entreprise.

Renseignements :

Forem – Service Chèques-Formation

Tél. 071/23 95 60

chequeformation.siegecentral@forem.be

LE BULLETIN D'INSCRIPTION - SOINS AUX PERSONNES

À renvoyer au Centre IFAPME Liège ou par mail à l'adresse formation.continuee@centrefapme.be

Mme Mr

Nom, Prénom* :

Adresse privée* :

Code postal* : Localité* :

Tél. privé : GSM* :

Fax : E-Mail :

N° de registre national* :

Profession : Expérience professionnelle :années

Nom de l'entreprise :

N° de TVA ou N° unique* :

Diplôme obtenu

- Primaire
- Secondaire inférieur
- Secondaire supérieur
- Supérieur non universitaire
- Universitaire

Statut

- Cadre
- Employé
- Ouvrier
- Indépendant
- Conjoint aidant
- Intérimaire
- Demandeur d'emploi

Nationalité

- Belge
- Union Européenne
- Hors Union Européenne
- Apatride

Adresse de l'entreprise :

Code postal : Localité :

Tél. professionnel :

Fax : E-Mail* :

Nom de la personne responsable :

Sa fonction :

Secteur d'activité* : Nbre de personnes :

Je m'inscris à la (aux) formation(s) :

..... débutant le

..... débutant le

..... débutant le

Je verse la somme de au compte BE26 3400 3703 3729

Je souhaite recevoir une facture* à mon nom au nom de mon entreprise.

Dans le cas où la formation est agréée Chèques-Formation de la Wallonie, je souhaite payer par Chèques-Formation. Je m'engage à respecter la réglementation en cette matière et à communiquer le numéro d'autorisation (12 chiffres) et code d'utilisation (8 chiffres) au plus tard le premier jour de la formation.

J'ai pris connaissance des conditions d'inscription.

J'accepte que les informations saisies soient utilisées par le Centre IFAPME pour l'administration des formations et dans le cadre de la relation commerciale qui en découle.

Date : Signature :

* Champs obligatoires. Votre adresse e-mail sera utilisée exclusivement pour vous avertir de nos programmes et de leur modification.

LES CONDITIONS GÉNÉRALES

Conditions générales de vente portant sur l'inscription aux formations continues organisées par le Centre IFAPME Liège-Huy-Verviers ASBL

Le centre IFAPME Liège-Huy-Verviers se réserve la possibilité de réviser les présentes conditions générales à tout moment. « Les conditions générales applicables sont celles en vigueur au moment de l'inscription ». Les conditions générales sont consultables sur le site www.formation-continue.be

Article 1 : inscription

Formation inter-entreprises

- Toute inscription à une des formations organisées par le Centre IFAPME se fait via le bulletin d'inscription joint à nos brochures ou via le site internet www.formation-continue.be; Les inscriptions par téléphone ne sont pas acceptées. En cas de modification d'inscription, un email de confirmation sera toujours exigé des participants.
- Le client qui remplit ce bulletin déclare par là-même qu'il a lu et qu'il a accepté nos conditions générales ;
- Toute inscription est ferme et définitive.
Le droit d'inscription est dû dans sa totalité à partir du 1^{er} jour de formation.
Aucun remboursement, même partiel, du droit d'inscription ne pourra être réclamé en cas d'absence à tout ou partie de la formation, quel qu'en soit le motif.

Formation intra-entreprises

- Toute formation intra-entreprise fera préalablement l'objet d'une proposition commerciale et financière.
- Pour chaque action de formation, une convention est établie et adressée à l'entreprise pour signature.

Annulation d'une formation

- Les inscriptions annulées par écrit (mail ou fax au numéro du site où se déroule la formation) jusqu'à 5 jours ouvrables avant la date de début de la formation seront créditées.
- Les inscriptions annulées entre cinq jours avant et la veille du début de la formation seront facturées à hauteur de 30% du droit d'inscription avec un minimum de 50€ pour frais administratifs, à titre d'indemnité forfaitaire.
- Si des circonstances indépendantes de leur volonté les y obligent, le Centre se réserve le droit d'apporter toute modification d'horaire, de lieu de formation et de formateur, tout en veillant à conserver une qualité pédagogique identique.
- Le centre se réserve le droit d'annuler une formation si le nombre d'inscrits à cette dernière est insuffisant ou pour toute autre raison. Dans ce cas, le Centre remboursera les montants qui lui auront été versés.

Article 2 : modalités de paiement

- Le paiement du droit d'inscription est à effectuer à l'inscription ou dès réception de la facture, sauf autres dispositions particulières. Les prix indiqués sont hors TVA, notre centre n'étant pas assujéti à la TVA sur base de l'article 44 du code civil.
- Le droit d'inscription est payable selon différents modes de paiement : soit en ligne, soit par banque, soit par Bancontact dans nos locaux (nous ne sommes pas habilités à accepter des paiements en liquide), soit par Chèque-Formation. Ce mode de paiement est possible d'une part pour les formations agréées

dans le dispositif Chèque-Formation (tel que mentionné sur la fiche du site) et d'autre part pour les clients pouvant bénéficier du dispositif Chèque-Formation.

Pour obtenir les informations relatives au dispositif du Chèque-formation, il convient de contacter la **Cellule chèque-formation du Forem au 071/23.95.60** ou par mail chequeformation.siegecentral@forem.be

Pour obtenir les informations relatives au dispositif du Chèque-formation, il convient de contacter la Cellule chèque-formation du Forem au 071/23.95.60 ou par mail : chequeformation.siegecentral@forem.be

Tout client qui paie sa formation en ligne devra s'identifier sur notre site internet et effectuer son paiement.

En cas de paiement de la formation par Chèque-Formation, il conviendra de tenir compte de plusieurs étapes :

Les Chèques-Formation doivent être commandés avant la formation dès que la formation est confirmée. Les numéros d'autorisation et d'utilisation seront soit transmis au secrétariat de la Formation continue, soit renseignés sur l'espace personnel du client, au plus tard, le premier jour de la formation.

- Le client devra remettre un Chèque-Formation par personne et par heure de formation ;
- Le client devra vérifier que la date de validité des Chèques-Formation excède celle de la date de la fin de la formation concernée ;
- Le paiement de la facture par Chèque-Formation ne sera définitif qu'au terme de la formation et ce, **sous réserve du nombre d'heures de présence effective** ;
- Lorsque le coût de la formation est supérieur au total de la valeur des chèques remis, l'entreprise sera tenue d'acquitter le solde de la facture par virement bancaire.
- En cas de non-utilisation partielle ou totale des Chèques-Formation, le client dispose de la possibilité, soit d'utiliser ces derniers dans le cadre d'une autre formation, soit d'introduire une demande de remboursement auprès de Sodexo (voir le site de Sodexo).
- Toute facture restant impayée à son échéance fera l'objet d'une procédure de recouvrement de créance, donnant lieu, en cas de transmission du dossier à notre avocat, à une majoration automatique de plein droit de 20% du droit d'inscription de la formation et ce, avec un minimum de 80 €. Cette majoration impliquera également de plein droit l'application d'un intérêt fixé au taux de 10% par an.

Article 3 : règlement

Le centre de formation se réserve le droit :

- D'exclure le participant à la formation si le client n'a pas transmis son bulletin d'inscription avant le début de la formation.
- D'exclure de toute formation, et ce à tout moment, tout participant dont le comportement générerait le bon déroulement de la formation et/ou manquerait gravement aux présentes conditions générales.
- De refuser toute inscription d'un client avec lequel il existerait un litige relatif au paiement d'une commande antérieure ou un comportement inapproprié lors d'une précédente formation.

Article 4 : Informations additionnelles

- Les prestations liées à la formation sont précisées sur notre site (notes de cours, matériel, EPI, ...).
- En cas d'empêchement, avant le début de la formation, tout client inscrit à une formation peut se faire remplacer, sans frais, par une personne de la même entreprise et ce, moyennant obligatoirement un écrit avec les coordonnées du remplaçant et l'accord écrit préalable du Centre.
- Le Centre se réserve le droit de ne pas délivrer d'attestation de fréquentation et/ou de réussite tant que les droits d'inscription et les frais éventuels de retard ne leur seront intégralement versés.

Article 5 : Droits de propriété intellectuelle

- La responsabilité du centre de formation ne pourra en aucun cas être engagée selon la loi du 30 juin 1994 relative aux droits d'auteur, en cas de violation quelconque d'un ou plusieurs droits de propriété intellectuelle afférents(s) aux documents remis aux participant(s) dans le cadre des formations continues.
- Le client s'interdit de reproduire en totalité ou en partie, de modifier, de commercialiser ou de diffuser à des tiers les supports de cours ou autres ressources pédagogiques mis à sa disposition sans

l'autorisation préalable et écrite du centre.

Article 6 : Application de nos conditions générales

Seules les conditions générales du Centre IFAPME sont d'application. Les conditions générales et particulières du client sont dans tous les cas considérées comme nulles et non avenues.

Article 7 : Données personnelles

Les informations recueillies sur le bulletin d'inscription sont traitées, par le Centre IFAPME et leurs partenaires, pour l'administration de la formation et dans le cadre de la relation commerciale qui en découle. Elles ne sont ni vendues, ni données, ni échangées. Nous prenons les mesures de sécurité adaptées pour en garantir la confidentialité. Pour toute question concernant l'utilisation de ces données, contactez securitedesdonnees@centrefapme.be. Pour plus d'informations, consultez notre politique de confidentialité accessible sur www.formation-continue.be

Article 8 : Litige

En cas de litige, seuls les tribunaux de Liège sont compétents.

NOS AUTRES FORMATIONS

Nous proposons également des formations en

LANGUES

Anglais – Néerlandais – Allemand
Italien – Espagnol
Chinois (Mandarin)

MANAGEMENT

Communication – Ressources humaines
Marketing – Ventes
Gestion comptable et financière

INFORMATIQUE

Bureautique – Logiciels comptables
Stratégies digitales
Photo – Vidéo – Illustration
Environnement Apple
ERP – DAO – PAO
Réseaux

PRÉVENTION-SÉCURITÉ-ENVIRONNEMENT

Conseiller en prévention
Équipier de première intervention
Secourisme d'entreprise
Gardiennage
Alarmes
Personnes de confiance

TOUTES NOS FORMATIONS PEUVENT ÊTRE ORGANISÉES EN FORMULE SUR MESURE OU EN INTRA-ENTREPRISE

Pour plus d'informations, contactez Florence Descamps (0494 56 17 29 ou florence.descamps@centrefapme.be)

ENVIE DE CRÉER VOTRE ENTREPRISE OU DE DEVENIR INDÉPENDANT ?

Prenez contact avec notre service Formation à la création d'entreprise au 04 229 84 50 ou via pmecrea@centrefapme.be



www.formation-continue.be

Renseignements et inscriptions :

CENTRE IFAPME LIÈGE

Service Formation continue
Tél : 04/229 84 60 • formation.continue@centrefapme.be

CENTRE IFAPME HUY-WAREMME

Service Formation continue
Tél : 085/27 14 10 • Fax : 085/27 13 49 • formation.continue.villers@centrefapme.be

CENTRE IFAPME VERVIERS

Service Formation Continue
Tél : 087/32 54 55 • formation.continue.verviers@centrefapme.be

LIEUX DE FORMATION

Inscriptions

CENTRE IFAPME LIÈGE

Service Formation continue
Rue du Château Massart, 70
4000 Liège
Belgique

☎ 04/229 84 60

formation.continue@centrefapme.be

CENTRE IFAPME LIÈGE

Boulevard Sainte-Beuve, 1
4000 Liège
Belgique

☎ 04/229 84 20

formation.continue@centrefapme.be

CENTRE IFAPME HUY-WAREMME

Rue de Waremme, 101
4530 Villers-Le-Bouillet
Belgique

☎ 085/27 13 40

formation.continue.villers@centrefapme.be

CENTRE IFAPME VERVIERS

Rue du Limbourg, 37
4800 Verviers
Belgique

☎ 085/27 13 40

formation.continue.verviers@centrefapme.be

CENTRE IFAPME VERVIERS

Rue de l'Est, 18
4800 Verviers
Belgique

☎ 085/27 13 40

formation.continue.verviers@centrefapme.be



INSTITUT WALLON
DE FORMATION EN ALTERNANCE
DES INDÉPENDANTS
ET PETITES ET MOYENNES ENTREPRISES

WWW.FORMATION-CONTINUE.BE

WWW.IFAPME.BE

