



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE (Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

Entre les soussignés :

L'entreprise individuelle Ondyssée® - Madame Jessica Da Costa
Prestataire de formation enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État)
Siret n° 94793152300015
Ayant son siège social : 6 rue des Villas Patrice – 77610 CHÂTRES
Représentée par Madame Jessica Da Costa, dirigeante

Ci-après dénommé le prestataire

Et le cocontractant, *ci-après dénommé le stagiaire*

Prénom :
Nom :
Adresse :
E-mail :
Téléphone :

Article 1. Objet du contrat de formation professionnelle

En exécution du présent contrat de formation, le prestataire s'engage à organiser, au bénéfice du stagiaire susnommé, l'action concourant au développement des compétences intitulée : **Animer des séances de Bains et Voyages Sonores**

Public visé au sens de l'article L 6313-3 du code du travail :

L'action de formation a pour objet de favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail. Elles peuvent permettre à des travailleurs d'acquérir une qualification plus élevée.

Article 2. Description de l'action de formation

Ondyssée® - Madame Jessica Da Costa E.I. organisera l'action concourant au développement des compétences suivantes :

Intitulé	Animer des séances de Bains et Voyages Sonores
Catégorie	Action de formation (L.6313-1 1°)
Objectif professionnel	Animer des séances de Bains et Voyages Sonores à visée de bien-être et relaxation, à l'aide d'instruments intuitifs et de sonothérapie
Objectifs opérationnels et évaluables de développement des compétences	A l'issue de l'action de la formation, le stagiaire sera capable de : - Utiliser les sons de divers instruments et la voix pour favoriser une détente profonde - Elaborer une trame convenablement structurée afin d'assurer le bon déroulement d'une séance de bain ou voyage sonore

Ondyssée® - Jessica Da Costa E.I. - 6 rue des Villas Patrice, 77610 CHÂTRES - (+33) 06 61 96 42 22 - jessica@ondyssee.fr
Prestataire d'actions concourant au développement des compétences enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État), Entreprise Individuelle immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Melun sous le n°947931523- APE 85.51Z - TVA intracommunautaire n°FR88947931523



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE

(Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

	- Pratiquer des techniques simples et intuitives de jeu musical à partir d'une variété d'instruments
Contenu	Voir l'annexe 1 « Fiche descriptive de l'action de formation », faisant partie intégrante du présent contrat de formation.
Modalités d'évaluation	Voir l'annexe 1 « Fiche descriptive de l'action de formation », faisant partie intégrante du présent contrat de formation.
Dates et horaires de réalisation	1. Dès l'inscription, accès de 12 mois à la plateforme e-learning (14h) 2. Du 27 février 2026 9h30 au 1 ^{er} mars 2026 15h (21h)
Durée	35 heures
Lieu	1. En ligne : ondyssee.systeme.io/school 2. Centre Védantique Ramakrishna – 64 boulevard Victor Hugo - 77220 Gretz-Armainvilliers

Article 3. Niveau de connaissances préalables requises pour suivre la formation

Voir la rubrique Prérequis de l'annexe 1 « Fiche descriptive de l'action de formation », faisant partie intégrante du présent contrat de formation.

Article 4. Modalités de déroulement (pédagogie), de suivi et de sanction

Voir l'annexe 1 « Fiche descriptive de l'action de formation », faisant partie intégrante du présent contrat de formation.

Article 5. Délai de rétractation

La formation hybride (e-learning + présentiel) constitue une **prestation pédagogique unique et indivisible**, dont l'exécution commence immédiatement après paiement, par la mise à disposition du contenu e-learning.

Conformément à l'article **L221-28 du Code de la consommation**, le stagiaire :

- **reconnaît expressément que l'accès immédiat au contenu en ligne entraîne le début d'exécution de la formation,**
- **renonce à son droit de rétractation** pour l'ensemble de la formation hybride,
- cette renonciation étant formalisée par une **case à cocher obligatoire** lors de l'inscription et **confirmée par e-mail**.

En conséquence, **aucun délai de rétractation ne s'applique** après la validation de l'inscription et l'activation de l'accès au module en ligne.

En cas d'annulation de la partie présentielle par le prestataire ou pour un motif indépendant du stagiaire, une solution équitable sera proposée (report, avoir ou remboursement partiel correspondant à la part présentielle).

Article 6. Dispositions financières

Le prix total de la formation hybride est fixé à **480 € nets de taxe** (formation professionnelle exonérée de TVA).

La formation comprend :

- un **module e-learning** accessible immédiatement,
- un **stage présentiel**, constituant avec le module en ligne une seule prestation pédagogique.

L'inscription à la formation entraîne le paiement immédiat du module e-learning. **Ce contenu numérique est accessible dès validation du paiement.**

6.1. Paiement

Ondyssee® - Jessica Da Costa E.I. - 6 rue des Villas Patrice, 77610 CHÂTRES - (+33) 06 61 96 42 22 - jessica@ondyssee.fr

Prestataire d'actions concourant au développement des compétences enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État), Entreprise Individuelle immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Melun sous le n°947931523- APE 85.51Z - TVA intracommunautaire n°FR88947931523



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE

(Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

Conformément à l'article L221-28 du Code de la consommation et aux CGV, le paiement intégral de la formation est exigible à la commande, le stagiaire renonçant à son droit de rétractation à l'activation du module e-learning.

Article 7. Modalités de règlement

Le règlement s'effectue par **carte bancaire, virement**, ou tout autre moyen proposé lors de la commande.

Le paiement est réalisé via une **page sécurisée** (Stripe ou équivalent) ou par virement sur demande.

Aucun escompte n'est accordé en cas de paiement anticipé.

En cas de retard de paiement, une pénalité égale à **trois fois le taux d'intérêt légal**, ainsi qu'une **indemnité forfaitaire de 40 €** pour frais de recouvrement pourront être appliquées. Le stagiaire s'engage également à rembourser les frais de recouvrement engagés.

En cas d'impayé, l'organisme se réserve le droit de suspendre l'accès au contenu en ligne et/ou au stage présentiel, jusqu'à régularisation.

Article 8. Annulation ou report du fait du stagiaire, absences et abandons

Annulation ou report

- En cas d'annulation **par le stagiaire**, aucun remboursement ne peut être exigé.
- En cas d'annulation **par l'organisme** ou pour des raisons indépendantes du stagiaire, une solution équitable est proposée : report, avoir ou remboursement de la seule part présentielle (ici, 200€).

Les modalités sont précisées dans nos conditions générales de vente.

Les annulations doivent être confirmées par écrit (courrier ou mail)

Absences et abandons

Les absences en formation doivent être exceptionnelles et nécessitent un justificatif écrit. Elles entraîneront de plein droit la facturation au stagiaire par Ondyssée® - Jessica Da Costa de frais d'absence aux mêmes conditions (nombre d'heures et coût horaire) que si le stagiaire avait suivi la formation.

Les absences justifiées par un arrêt de travail (copie à produire dans les 48 heures au Prestataire) feront quant à elles l'objet d'une facturation de frais d'absence à hauteur de 50% du coût pédagogique.

Les abandons constatés au cours de l'action de formation entraîneront le versement de frais d'abandon par le stagiaire, d'un montant égal au solde du coût pédagogique (soit le coût pédagogique total diminué des sommes déjà versées).

Ces facturations (dédommagement, frais d'absence, frais d'abandon) ne pourront faire l'objet d'une demande de remboursement ou de prise en charge par le ou les financeurs.

Article 9. Loi et attribution de compétences

Les présentes conditions de vente sont soumises à la loi française. En cas de litige, qui ne pourrait être réglé à l'amiable, le litige sera porté devant le tribunal compétent selon les règles de droit commun. De plus, une pénalité de 15 % du montant « TTC » ou « net de taxes », pour les prestations exonérées de TVA, de la facture sera exigible.



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE
(Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

En signant le présent contrat de formation professionnelle, le stagiaire déclare :

- avoir validé la fiche descriptive de l'action de formation située en annexe 1 ;
- avoir lu les Conditions Générales de Vente applicables aux formations de Ondyssée® - Madame Jessica Da Costa E.I. ;
- avoir lu le règlement intérieur applicable aux formations de Ondyssée® - Jessica Da Costa E.I.

Fait à, le

Signature du stagiaire :

Signature du représentant légal :

Pour le stagiaire :

.....
.....
.....

Pour le Prestataire:

Jessica Da Costa
Dirigeante de Ondyssée® - Madame Jessica Da Costa E.I.



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE (Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

Annexe 2 - Fiche descriptive de l'action de formation (version du 15/12/2025)

FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION « ANIMER DES SEANCES DE BAINS & VOYAGES SONORES » Format hybride présentiel-distanciel



Intitulé de l'action de formation

Animer des séances de Bains et Voyages Sonores

Contexte

Un nombre croissant de professionnels de l'enseignement de disciplines sportives ou de loisirs, ainsi que du secteur paramédical, souhaitent proposer la relaxation par les sons en complément de leurs techniques préexistantes. Souvent, ces professionnels ne savent pas comment structurer des séances de relaxation sonore et assurer une relaxation de qualité. Ils ont besoin de bases théoriques et pratiques afin de savoir manier les instruments couramment utilisés en relaxation sonore.

Objectif professionnel

Animer des séances de Bains et Voyages Sonores à visée de bien-être et relaxation, à l'aide d'instruments intuitifs et de sonothérapie

Objectifs opérationnels et évaluables de développement des compétences

A l'issue de l'action de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Utiliser les sons de divers instruments et la voix pour favoriser une détente profonde
- Elaborer une trame convenablement structurée afin d'assurer le bon déroulement d'une séance de bain ou voyage sonore
- Pratiquer des techniques simples et intuitives de jeu musical à partir d'une variété d'instruments

Public visé

Professionnels de l'enseignement de disciplines sportives ou de loisir (professeurs de yoga, pilates, fitness...) ou du secteur paramédical et du bien-être (praticiens en massage bien-être, sophrologues, relaxologues, psychologues...).

Prérequis

Maîtrise de la langue française et de l'outil informatique, accès internet et possibilité de naviguer sur une plateforme de formation en ligne

Ondyssee® - Jessica Da Costa E.I. - 6 rue des Villas Patrice, 77610 CHÂTRES - (+33) 06 61 96 42 22 - jessica@ondyssee.fr
Prestataire d'actions concourant au développement des compétences enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État), Entreprise Individuelle immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Melun sous le n°947931523- APE 85.51Z - TVA intracommunautaire n°FR88947931523



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE (Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

Modalités et délais d'accès

En amont de la contractualisation, un entretien téléphonique ou par messagerie écrite permet de :

- Analyser le besoin en formation du professionnel ;
- Evoquer toute situation de handicap et décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

Le professionnel peut s'inscrire en ligne pour la date qui lui convient parmi celles proposées. Le prix, le lieu et la date et les horaires du stage ainsi que du démarrage de la partie distancielle sont affichés sur l'espace de réservation. Dès son inscription, il reçoit un mail comprenant un identifiant et un lien pour lui permettre de créer son mot de passe et ainsi d'accéder à la plateforme « ondyssee.systeme.io/school ». Il peut également dès lors se présenter sur le lieu du stage à la date choisie.

Durée

3 jours (soit 21 heures) en présentiel, du 27 février 9h30 au 1er mars 2026 15h,
14 heures en e-learning (11 heures de cours théoriques en vidéo + 3 heures de lecture, QCM) accessible dès l'inscription et à commencer au plus tard le 20 janvier
soit un total de 35 heures de formation réparties sur une période de 1 à 2 mois.

Lieu de réalisation

Au Centre Védantique Ramakrishna, Gretz-Armainvilliers (77) + distancielle (synchrone et asynchrone)

Méthodes mobilisées

Modalités pédagogiques

Formation Inter-entreprises collective (groupe de 4 à 12 stagiaires), en présentiel, en e-learning et en visio-conférence.

Moyens humains

Jessica Da Costa, praticienne en Sonologie – Toucher par les sons depuis 2013, professeure de Yoga spécialisée dans le Yoga du Son depuis 2019 et pédagogue expérimentée diplômée d'Etat depuis 2006.

Moyens matériels

Le prestataire de formation met à disposition des stagiaires une salle de 80 m², équipée de tapis et de coussins, ainsi qu'une large variété d'instruments de musique couramment utilisés en sonothérapie (bols chantants, tambours, tubalophone, gong, steel drums, clochettes, carillons...).

Un manuel de cours au format papier est remis à chaque stagiaire en début de stage présentiel.

Les stagiaires bénéficient par ailleurs de ressources pédagogiques via leur accès personnel à une plateforme d'e-learning.

E-learning

Le contenu en ligne de la formation est disponible via la plateforme « ondyssee.systeme.io/school », sous forme de vidéos récapitulatives des bases théoriques de la formation.

Le stagiaire doit disposer d'un débit internet suffisant pour pouvoir se connecter à la plateforme « ondyssee.systeme.io/school ».

Il doit bien entendu être muni d'un ordinateur ou d'une tablette et d'une messagerie électronique.

Il s'assure enfin d'un environnement propice à la formation (calme).

Ondyssee® - Jessica Da Costa E.I. - 6 rue des Villas Patrice, 77610 CHÂTRES - (+33) 06 61 96 42 22 - jessica@ondyssee.fr

Prestataire d'actions concourant au développement des compétences enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État), Entreprise Individuelle immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Melun sous le n°947931523- APE 85.51Z - TVA intracommunautaire n°FR88947931523



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE

(Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

L'intervenante s'assure du bon déroulement de la formation en ligne via le suivi de la progression de chaque stagiaire, leurs réponses aux QCM, ainsi qu'un système de messagerie par lequel chaque élève est libre de poser ses questions et faire part de ses remarques. L'intervenante est joignable par téléphone et via un groupe WhatsApp dédié pour toute assistance technique et pédagogique.

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et méthodologiques illustrés d'exemples, temps d'échanges, temps de pratique et mises en situation.

Modalités de suivi et de sanction

Le suivi de l'exécution de l'action de formation est réalisé au moyen de :

- feuilles d'émargement collectives co-signées par les stagiaires et l'intervenant, pour la partie en présentiel ;
- relevés de connexion individuels et QCM pour la partie en e-learning.

Un **certificat de réalisation** est remis à chaque stagiaire à l'issue de la formation et après observation sur 6 échanges de massages sonores en binômes.

Critères de réussite :

- Utiliser les sons de divers instruments et la voix pour favoriser une détente profonde
- Elaborer une trame convenablement structurée afin d'assurer le bon déroulement d'une séance de bain ou voyage sonore
- Pratiquer des techniques simples et intuitives de jeu musical à partir d'une variété d'instruments

Contenu

E-learning

- Cadre légal et éthique de la pratique
- Connaissances sur le système nerveux et les différents états selon la Théorie Polyvagale
- Identification des contre-indications
- Théorie sur les états de relaxation, la symbolique du corps (centres majeurs) et des éléments
- Identification des effets de chaque type d'instruments
- Nuances à apporter par rapport à la façon de jouer, l'intensité, les rythmes
- Mesures de sécurité à prendre lors d'une séance de massage sonore individuel, notamment sécurité auditive
- Notions de base d'harmonie musicale : les intervalles musicaux, les gammes tempérées / non tempérées / de Zarlino (dite « gamme thérapeutique »), de Pythagore
- Adaptation des trames selon les participants, le contexte, la saison, l'heure
- Expérimentation et analyse d'un voyage sonore
- Mise à disposition d'exemples de voyages sonores

Stage présentiel :

- Jour 1

- Expérience d'un bain sonore et analyse des effets ressentis
- Identification des effets de chaque type d'instruments (révision)
- Pratique instrumentale (prise en main, maniement intuitif d'instruments variés : bols chantants, carillons, clochettes, tambour, tubalophone, sansula...
- Nuances à apporter par rapport à la façon de jouer, l'intensité, les rythmes
- Rappels sur la structure de base d'une séance de massage sonore aux diapasons, de face
- Rappels sur la structure de base d'une séance de bain sonore
- Préparation par les stagiaires de séances de relaxation sonore
- Réalisation d'un premier bain sonore par un groupe de 3 à 4 stagiaires
- Analyse et points d'amélioration du bain sonore réalisé par le premier groupe de stagiaires
- Retour sur les effets ressentis de chaque type d'instruments et des séances reçues

Ondyssee® - Jessica Da Costa E.I. - 6 rue des Villas Patrice, 77610 CHÂTRES - (+33) 06 61 96 42 22 - jessica@ondyssee.fr

Prestataire d'actions concourant au développement des compétences enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État), Entreprise Individuelle immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Melun sous le n°947931523- APE 85.51Z - TVA intracommunautaire n°FR88947931523



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE

(Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

- Pratiques vocales avec les sons voyelles

- Jour 2

- Réalisation de 2 autres bains sonores par 2 nouveaux groupes de 3 à 4 stagiaires (un le matin, l'autre l'après-midi)
- Analyse et points d'amélioration des 2 bains sonores réalisés
- Retour sur les effets ressentis de chaque type d'instruments et des séances reçues
- Echauffement vocal
- Mesures de sécurité à prendre lors d'une séance de relaxation sonore, notamment sécurité auditive par la mesure des décibels via une application mobile
- Constitution d'un set d'instruments
- Notions de base d'harmonie musicale : les intervalles musicaux, l'accordage, les gammes
- Pratique instrumentale
- Initiation au chant harmonique (ou diphonique)

- Jour 3 :

- Réalisation du bain sonore du dernier groupe de 3 à 4 stagiaires
- Analyse et points d'amélioration du bain sonore réalisé
- Retour sur les effets ressentis de chaque type d'instruments et des séances reçues
- Pratique instrumentale
- Recommandations sur l'achat des instruments
- Rappels sur les contre-indications
- Partages et recommandations sur les projets professionnels à l'issue du stage
- Remise des certificats de réalisation de formation

Modalités d'évaluation

En présentiel, via des observations formalisées ensuite dans des grilles d'évaluation :

- préparation de bains sonores à réaliser selon la trame préalablement apprise et explicitée,
- réalisation de bains sonores en groupes de 3 à 4 stagiaires,
- auto-analyse de son déroulement a posteriori,
- suggestions d'améliorations par l'intervenante de la performance réalisée.

En e-learning :

- progression visible du stagiaire dans le visionnage des vidéos ressources,
- réussite, à hauteur d'au moins 75% de bonnes réponses, au QCM qui conclut le cours en ligne.

Tarif

480,00 € nets de taxes par stagiaire. Ce tarif comprend 2 volets indivisibles :

- Partie présentielle : 200 € nets de taxes,
- Partie distancielle : 280 € nets de taxes.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Article D.5211-1 et suivants du code du travail), Jessica Da Costa peut proposer des aménagements (techniques, organisationnels et/ou pédagogiques) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap. Le cas échéant, l'organisme de formation mobilise des compétences externes (Agefiph Île-de-France, Cap Emploi 77...) et les dispositifs ad-hoc (Accea, Epatech...) pour la recherche de solutions permettant l'accès aux formations.

Ondyssee® - Jessica Da Costa E.I. - 6 rue des Villas Patrice, 77610 CHÂTRES - (+33) 06 61 96 42 22 - jessica@ondyssee.fr
Prestataire d'actions concourant au développement des compétences enregistré sous le n°11 77 08760 77 auprès du Préfet de Région Île-de-France (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État), Entreprise Individuelle immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Melun sous le n°947931523- APE 85.51Z - TVA intracommunautaire n°FR88947931523



CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE (Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)

Contacts commercial, pédagogique, administratif et handicap

Pour toute information / inscription : Jessica Da Costa, jessica@ondyssee.fr, 06 61 96 42 22