



LA PAUSE  
BIEN-ÊTRE  
FORMATION

# LIVRET D'ACCUEIL LA PAUSE BIEN-ÊTRE FORMATION



# SOMMAIRE

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 1.  | <b>MOT D'ACCUEIL</b><br>par Claudine<br>Legarburu etcheverry | 3  |
| 2.  | <b>ACCÈS AU CENTRE DE FORMATION</b>                          |    |
| 2.1 | Adresse  | 4  |
| 2.2 | Plan et consignes d'accès                                    | 4  |
| 3.  | <b>PRÉSENTATION DU CENTRE DE FORMATION</b>                   |    |
| 3.1 | Accueil des stagiaires                                       | 5  |
| 3.2 | Identification des stagiaires et animateurs                  | 5  |
| 3.3 | Restauration   | 5  |
| 3.4 | Horaires   | 6  |
| 3.5 | Plan du centre de formation                                  | 6  |
| 4.  | <b>MOYENS PÉDAGOGIQUES</b>                                   |    |
| 4.1 | Salles de formation  | 7  |
| 4.2 | Formateurs   | 8  |
| 4.3 | Manuels de formation   | 9  |
| 4.4 | Systèmes de formation  | 9  |
| 4.5 | Indicateurs de performance                                   | 9  |
| 5.  | <b>ACCÈS DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP</b>          |    |
| 5.1 | Handicap moteur  | 10 |
| 5.2 | Handicap visuel  | 10 |
| 5.3 | Examens de Certification                                     | 10 |
| 6.  | <b>REGLEMENT INTERIEUR</b>                                   | 11 |
| 7.  | <b>SÉCURITÉ DES LOCAUX</b>                                   |    |
| 7.1 | En cas d'accident  | 14 |
| 7.2 | En cas d'incendie  | 14 |
| 7.3 | Consignes sanitaires - Covid 19                              | 15 |
| 6.  | <b>HEBERGEMENT</b>   | 16 |



LA PAUSE  
BIEN-ÊTRE  
FORMATION



# MOT D'ACCUEIL

Par Claudine Legarburu Etcheverry

## Qui sommes-nous ?

La pause bien-être à vue le jour en 2017, pour vous proposer des services de bien-être et puis depuis le début d'année 2024 sa 1<sup>ère</sup> formation à vue le jour.

La pause bien-être formation à vue le jour car Claudine Legarburu Etcheverry passionnée depuis toujours par le bien-être, formée en massage de tête depuis 25 ans et du corps depuis 18 ans à créer La pause bien-être formation.

"Voilà maintenant l'envie, le besoin de transmettre mes connaissances ."

Pour la pause bien-être formation, prendre soin de son corps, l'aimer, se détendre et lâcher prise sont très importants, et reste persuadée que la recherche du "Mieux-Être" peut passer par toutes ces méthodes là. La prise de conscience est un 1<sup>er</sup> pas vers le Bien-Être!

La pause bien-être formation vous propose une large palette de choix qui est étoffé au fur et à mesure des besoins et dans l'objectif de vous offrir des formations de qualité.

Les formations et initiations sont disponibles tout au long de l'année.

Si vous voulez former à des massages de qualités, c'est avec plaisir que La pause bien-être formation est là pour vous accompagner,

"A bientôt pour un instant formation détendu !"  
Claudine



*Transmettre est une évidence !*



# ACCÈS AU CENTRE DE FORMATION

## ADRESSE

La pause bien être formation est situé Au coeur du centre ville de St jean, de luz ,facile d'accès près de la gare et de la halte routière.



13 rue maréchal harispe,  
64500 ST JEN DE LUZ, FRANCE



06.76.31.43.75



lapausebienetreformation@gmail.com



<https://lapausebienetreformation.systeme.io/nos-formations>



## PLAN ET CONSIGNES D'ACCÈS



## TRANSPORTS EN COMMUN

Gare à 2 min à pied

Bus, halte routière à 2 min à pied

## STATIONS DE VÉLO EN LIBRE SERVICE



stationnement velo et 2 roues  
devant le local ou dans le sous  
terrain

## VOITURE



**Stationnement aux alentours et  
parking sous terrain près de la gare**

## RESTAURATIONS

Restaurants et snacks aux alentours

Exemple de restaurant:

A 2 min à pied:

LE KOMPTOIR DES AMIS : 05 24 33 61 04

CAFE BELARDI : +33 7 76 16 60 93

XISTERA : 05 54 61 70 14

# PRÉSENTATION DE LA PAUSE BIEN-ÊTRE FORMATION

La pause bien-être formation c'est une structure à taille humaine . C'est un lieu chaleureux et accueillant que nous veillons à entretenir pour que vous vous y sentiez bien.

La connaissance dans notre domaine, la pédagogie active et la bienveillance à l'égard de tous, sont nos moteurs.

Pour cela, nous prenons soin de construire chacune des formations autour de trois dimensions indissociables : le savoir, le savoir-faire et le savoir-être. Nous faisons le choix d'une formation qui va plus loin que le simple enseignement.

L'équipe est volontairement réduite. Nos formateurs sont des praticiens en activité, reconnus pour leur expertise professionnelle, tout autant que pour leurs compétences pédagogiques.

Ils sont moteurs et animateurs d'un enseignement constamment actualisé, agile et participatif.

La pause bien-être formation implantée au cœur du Pays basque, une région riche de culture et tradition bien marqué.

Fière de cette région venez la découvrir tout en vous formant.

## RESTAURATION

Le repas n'est pas compris dans la formation. Si vous souhaitez vous sustenter lors d'une formation chez La pause bien-être formation, si vous souhaitez apporter votre repas, (micro-ondes, frigo, machine à café...) est mise à votre disposition. Sinon des restaurants, boulangeries, snacks.. sont disponibles aux alentours.





# PRESENTATION DE LA PAUSE BIEN-ÊTRE FORMATION

## HORAIRE

La pause bien être formation est ouvert de 8h à 18h.

## PLAN DU CENTRE DE FORMATION

local situé en rez de chaussée, avec accès à l'extérieur sur la rue Maréchal harispe.



# MOYENS PÉDAGOGIQUES

## FORMATEURS

Nos formateurs sont tous sélectionnés par l'équipe la pause bien être formation sur des critères très précis comme leur pédagogie, leur motivation à partager leurs savoirs, leurs expériences et leur niveau de technicité dans les domaines abordés.

**Claudine  
Legarburu  
Etcheverry**



Originnaire du pays basque,

Son objectif : revenir à la simplicité de l'essentiel.

Formée au métier de coiffure, conseillère en image, massages du monde, réflexologie,..., elle décide alors de se mettre en auto-entrepreneuriat pour ouvrir son propre cabinet et continuer à se former régulièrement à sa passion.

Son hypersensibilité naturelle la pousse rapidement à entamer plusieurs formations complémentaires en lien avec le mieux-être. Ses domaines d'expertise couvrent un large panel.

Curieuse et aimant diversifier ses publics et pratiques, Claudine partage son temps entre son cabinet, le centre de bien-être pour lesquels elle intervient, ainsi que ses formations.

De nature enjouée, optimiste et bienveillante, formée à des métiers de beauté, de bien-être et à l'accompagnement, Claudine s'est donnée pour mission de transmettre et d'accompagner chacun.e sur le chemin de son plein potentiel.



LA PAUSE  
BIEN-ÊTRE  
FORMATION

# MOYENS PÉDAGOGIQUES



## MANUELS DE FORMATION

Votre support de formation est disponible sur un livret et une vidéo qui vous sera remis. Dans celui-ci, vous trouverez les détails abordés lors de la formation et toute la séance de massage en détails.

## SYSTÈMES DE FORMATION

La pause bien-être formation portent un intérêt très particulier quant à l'environnement des formations. En effet les formations doivent être convivial et professionnel. Tous les équipements sont présents dans les salles de formations, et préparés en amont, afin que la formation puisse commencer dès votre arrivée.

## INDICATEURS DE PERFORMANCE

- Niveau de satisfaction des stagiaires : 100%
- Pourcentage de réussite globale aux évaluations : 100%



LA PAUSE  
BIEN-ÊTRE  
FORMATION





# ACCUEIL DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

## HANDICAP MOTEUR

Le local de formation ne dispose pas de tout l'équipement permettant aux personnes à mobilité réduite d'accéder à la salle. Une marche est présente et nous ne possédons pas d'ascenseur.



## HANDICAP VISUEL

La pause bien-être formation dispose pas de tous les équipements permettant d'augmenter la visibilité d'une personne atteinte d'un handicap visuel. La taille de la police peut également être augmentée sur les documents papiers livrés par les formateurs.



## EXAMENS ET CERTIFICATION

La pause bien être formation délivre un certificat après une formation. En revanche, un temps supplémentaire peut être accordé aux personnes atteintes d'un handicap visuel ou d'une dyslexie, lors des exercices.



# RÈGLEMENT INTÉRIEUR

## LA PAUSE BIEN-ÊTRE

### FORMATION



#### REGLEMENT INTERIEUR

##### **Article 1 : Personnel assujetti**

Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires. Chaque stagiaire est censé accepter les termes du présent contrat lorsqu'il suit une formation.

##### **Article 2 : Conditions générales**

Toute personne en stage doit respecter le présent règlement pour toutes les questions relatives à l'application de la réglementation en matière d'hygiène et de sécurité, ainsi que les règles générales et permanentes relatives à la discipline.

##### **Article 3 : Règles générales d'hygiène et de sécurité**

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

Toutefois, conformément à l'article R.6352-1 du Code du Travail, lorsque la formation se déroule dans une entreprise ou un établissement déjà doté d'un règlement intérieur, les mesures d'hygiène et de sécurité applicables aux stagiaires sont celles de ce dernier règlement.

##### **Article 4 : Maintien en bon état des locaux et du matériel**

Chaque stagiaire a l'obligation de conserver en bon état de propreté les locaux, et en bon état de fonctionnement le matériel qui lui est confié en vue de sa formation.

- Pour le maintien de la propreté des salles de formation : A chaque fin de journée, les stagiaires doivent rendre propre la salle de cours, dans l'état de propreté dans lequel il l'on trouvé.
- Pour le maintien de la propreté des toilettes : Après chaque utilisation, le stagiaire doit laisser les toilettes dans un état de propreté convenable.
- Accès des toilettes : Les toilettes réservées pour les hommes doivent être utilisées par les hommes. Les toilettes réservées pour les femmes doivent être utilisées pour les femmes.

Aussi, les stagiaires sont tenus d'utiliser le matériel conformément à son objet : l'utilisation du matériel à d'autres fins, notamment personnelles est interdite.

Suivant la formation suivie, les stagiaires peuvent être tenus de consacrer le temps nécessaire à l'entretien ou au nettoyage du matériel.

# RÈGLEMENT INTÉRIEUR

## LA PAUSE BIEN-ÊTRE

## FORMATION



### **Article 5 : Utilisation des machines et du matériel**

Les outils et les machines ne doivent être utilisés qu'en présence d'un formateur et sous surveillance.

Toute anomalie dans le fonctionnement des machines et du matériel et tout incident doivent être immédiatement signalée au formateur qui a en charge la formation suivie.

### **Article 6 : Consigne d'incendie**

Les consignes d'incendie et notamment un plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichés dans les locaux de l'organisme de manière à être connus de tous les stagiaires.

### **Article 7 : Accident**

Tout accident ou incident survenu à l'occasion ou en cours de formation doit être immédiatement déclaré par le stagiaire accidenté ou les personnes témoins de l'accident, au responsable de l'organisme.

Conformément à l'article R 6342-3 du Code du Travail, l'accident survenu au stagiaire pendant qu'il se trouve dans l'organisme de formation ou pendant qu'il s'y rend ou en revient, fait l'objet d'une déclaration par le responsable du centre de formation auprès de la caisse de sécurité sociale

### **Article 8 : Boissons alcoolisées**

Il est interdit aux stagiaires de pénétrer ou de séjourner en état d'ivresse dans l'organisme ainsi que d'y introduire des boissons alcoolisées.

### **Article 9 : Accès au poste de distribution des boissons**

Les stagiaires auront accès au moment des pauses fixées aux postes de distribution de boissons non alcoolisées, fraîches ou chaudes.

### **Article 10 : Interdiction de fumer**

En application du décret n° 92-478 du 29 mai 1992 fixant les conditions d'application de l'interdiction de fumer dans les lieux affectés à un usage collectif, il est interdit de fumer dans les salles de cours.

### **Article 11 : Horaires - Absence et retards**

Les horaires de stage sont fixés par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation et portés à la connaissance des stagiaires soit par voie d'affichage, soit à l'occasion de la remise aux stagiaires du programme de stage. Les stagiaires sont tenus de respecter ces horaires de stage sous peine de l'application des dispositions suivantes :

- En cas d'absence ou de retard au stage, les stagiaires doivent avertir le formateur ou le secrétariat de l'organisme qui a en charge la formation et s'en justifier. Par ailleurs, les stagiaires ne peuvent s'absenter pendant les heures de stage, sauf circonstances exceptionnelles précisées par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation.



# REGLEMENT INTERIEUR

## LA PAUSE BIEN-ÊTRE

### FORMATION

- Lorsque les stagiaires sont des salariés en formation dans le cadre du plan de formation, l'organisme doit informer préalablement l'entreprise de ces absences. Toute absence ou retard non justifié par des circonstances particulières constitue une faute passible de sanctions disciplinaires.
- En outre, pour les stagiaires demandeurs d'emploi rémunérés par l'État ou une région, les absences non justifiées entraîneront, en application de l'article R 6341-45 du Code du Travail, une retenue de rémunération proportionnelle à la durée des dites absences.

Par ailleurs, les stagiaires sont tenus de remplir ou signer obligatoirement et régulièrement, au fur et à mesure du déroulement de l'action, l'attestation de présence, et en fin de stage le bilan de formation ainsi que l'attestation de suivi de stage.

#### **Article 12 : Accès à l'Organisme**

Sauf autorisation expresse de la Direction ou du responsable de l'organisme de formation, les stagiaires ayant accès à l'organisme pour suivre leur stage ne peuvent :

- Y entrer ou y demeurer à d'autres fins ;
- Y introduire, faire introduire ou faciliter l'introduction de personnes étrangères à l'organisme, ni de marchandises destinées à être vendues au personnel ou aux stagiaires.

#### **Article 13 : Tenue et comportement**

Les stagiaires sont invités à se présenter à l'organisme en tenue décente et à avoir un comportement correct à l'égard de toute personne présente dans l'organisme. L'usage du téléphone portable est interdit pendant le cours.

#### **Article 14 : Information et affichage**

La circulation de l'information se fait par l'affichage sur les panneaux prévus à cet effet. La publicité commerciale, la propagande politique, syndicale ou religieuse sont interdites dans l'enceinte de l'organisme.

#### **Article 15 : Responsabilité de l'organisme en cas de vol ou endommagement de biens personnels des stagiaires**

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



# REGLEMENT INTERIEUR

## LA PAUSE BIEN-ÊTRE

### FORMATION

#### **Article 16 : Sanction**

Tout manquement du stagiaire à l'une des prescriptions du présent règlement intérieur pourra faire l'objet d'une sanction. Constitue une sanction au sens de l'article R 6352-3 du Code du Travail toute mesure, autre que les observations verbales, prises par le responsable de l'organisme de formation de l'organisme de formation ou son représentant, à la suite d'un agissement du stagiaire considéré par lui comme fautif, que cette mesure soit de nature à affecter immédiatement ou non la présence de l'intéressé dans le stage ou à mettre en cause la continuité de la formation qu'il reçoit.

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

Soit en un avertissement;

Soit en un blâme ou un rappel à l'ordre ;

Soit en une mesure d'exclusion définitive (il est rappelé que dans la convention passée par l'organisme avec l'État ou la Région, des dispositions particulières sont définies en cas d'application des sanctions énoncées ci-dessus).

Les amendes ou autres sanctions pécuniaires sont interdites.

Le responsable de l'organisme de formation de l'organisme doit informer de la sanction prise :

- L'employeur, lorsque le stagiaire est un salarié bénéficiant d'un stage dans le cadre du plan de formation en entreprise ;
- L'employeur et l'organisme paritaire qui a pris à sa charge les dépenses de la formation, lorsque le stagiaire est un salarié bénéficiant d'un stage dans le cadre d'un congé de formation.

#### **Article 17 : Procédure disciplinaire**

Les dispositions qui suivent constituent la reprise des articles R 6352-4 à R 6352-8 du Code du Travail.

Aucune sanction ne peut être infligée au stagiaire sans que celui-ci ait été informé au préalable des griefs retenus contre lui. Lorsque le responsable de l'organisme de formation ou son représentant envisagent de prendre une sanction qui a une incidence, immédiate ou non, sur la présence d'un stagiaire dans une formation, il est procédé ainsi qu'il suit :

•



# REGLEMENT INTERIEUR

## LA PAUSE BIEN-ÊTRE

### FORMATION

- Le responsable de l'organisme de formation ou son représentant convoque le stagiaire en lui indiquant l'objet de cette convocation.
- Celle-ci précise la date, l'heure et le lieu de l'entretien. Elle est écrite et est adressée par lettre recommandée ou remise à l'intéressé contre décharge.
- Au cours de l'entretien, le stagiaire peut se faire assister par une personne de son choix, stagiaire ou salarié de l'organisme de formation.
- La convocation mentionnée à l'alinéa précédent fait état de cette faculté. Le responsable de l'organisme de formation ou son représentant indique le motif de la sanction envisagée et recueille les explications du stagiaire. Dans le cas où une exclusion définitive du stage est envisagée et où il existe un conseil de perfectionnement, celui-ci est constitué en commission de discipline, où siègent les représentants des stagiaires.
- Il est saisi par le responsable de l'organisme de formation ou son représentant après l'entretien susvisé et formule un avis sur la mesure d'exclusion envisagée
- Le stagiaire est avisé de cette saisine. Il est entendu sur sa demande par la commission de discipline. Il peut, dans ce cas, être assisté par une personne de son choix, stagiaire ou salarié de l'organisme. La commission de discipline transmet son avis au Directeur de l'organisme dans le délai d'un jour franc après sa réunion.
- La sanction ne peut intervenir moins d'un jour franc ni plus de quinze jours après l'entretien ou, le cas échéant, après la transmission de l'avis de la commission de discipline. Elle fait l'objet d'une décision écrite et motivée, notifiée au stagiaire sous la forme d'une lettre qui lui est remise contre décharge ou d'une lettre recommandée.
- Lorsque l'agissement a donné lieu à une sanction immédiate (exclusion, mise à pied), aucune sanction définitive, relative à cet agissement ne peut être prise sans que le stagiaire ait été informé au préalable des griefs retenus contre lui et éventuellement que la procédure ci-dessus décrite ait été respectée.
- **ARTICLE 18 : Représentation des stagiaires : élection et scrutin**
- (selon les dispositions des articles R6352.9 à 12 du Code Travail, dont certains modifiés par Décret 2019-1143 du 07/11/19)
- (Art. R6352.9, modifié) Pour les actions de formation organisées en sessions d'une durée totale supérieure à cinq-cents heures, il est procédé simultanément à l'élection d'un délégué titulaire et d'un délégué suppléant au scrutin uninominal à deux tours. Tous les stagiaires ou apprentis sont électeurs et éligibles.





# REGLEMENT INTERIEUR

## LA PAUSE BIEN-ÊTRE

### FORMATION

(Art. R6352.10, modifié) Le scrutin se déroule pendant les heures de formation. Il a lieu au plus tôt vingt heures et au plus tard quarante heures après le début de la première session collective.

(Art. R6352.11) Le directeur de l'organisme de formation est responsable de l'organisation du scrutin. Il en assure le bon déroulement.

(Art. R6352.12, modifié) Lorsque, à l'issue du scrutin, il est constaté que la représentation des stagiaires et apprentis ne peut être assurée, le directeur dresse un procès-verbal de carence.

#### **ARTICLE 19 : Mandat et attributions des délégués des stagiaires**

(selon les dispositions des articles R6352.13 à 15 du Code Travail, dont certains modifiés par Décret 2019-1143 du 07/11/19)

(Art. R6352.13, modifié) Les délégués sont élus pour la durée de la formation. Leurs fonctions prennent fin lorsqu'ils cessent de participer à la formation.

Lorsque le délégué titulaire et le délégué suppléant ont cessé leurs fonctions avant la fin de la formation, il est procédé à une nouvelle élection, dans les conditions prévues aux articles R.6352-9 à R.6352-12 du Code du Travail.

(Art. R6352.14, modifié) Les délégués font toute suggestion pour améliorer le déroulement des formations et les conditions de vie des stagiaires dans l'organisme de formation.

Ils présentent les réclamations individuelles ou collectives relatives à ces matières, aux conditions de santé et de sécurité au travail et à l'application du règlement Intérieur.

(Art. R6352.15) Les dispositions de la présente section (Articles R.6352.3 à R6352.14) ne sont pas applicables aux détenus admis à participer à une action de formation professionnelle.

#### **ARTICLE 20 : Cas des formations en distanciel**

L'accès aux formations se fait via la plateforme avec les identifiants remis au stagiaire en début de formation ou le logiciel de visioconférence.

Ces identifiants sont personnels et ne peuvent être cédés, ni prêtés.



# SÉCURITÉ DES LOCAUX

---

## EN CAS D'ACCIDENT

En cas d'accident ou de malaise, l'animateur devra avertir l'équipe La pause bien être formation pour aider la victime. Le SAMU sera instantanément appelé.

## EN CAS D'INCENDIE

- Présence d'une alarme d'incendie



- Exercices d'évacuation réguliers



- si location de salle voir le plan d'évacuation



LA PAUSE  
BIEN-ÊTRE  
FORMATION

## CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



**Se laver très régulièrement  
les mains**



**Tousser ou éternuer  
dans son coude**



**Utiliser un mouchoir  
à usage unique et le jeter**



**SI VOUS ÊTES MALADE**  
**Porter un masque  
chirurgical jetable**



**Vous avez des questions  
sur le coronavirus ?**

[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

**0 800 130 000**

(appel gratuit)



# HEBERGEMENT

## Brit Hotel Paris



Située face à la gare , halte routière et taxi,  
à 100 mètre du port,  
700 mètre de la plage.

Voici un petit hotel, au thème marin !



WIFI



Télévision



Petit  
déjeuner



05.59.85.20.20



LA PAUSE  
BIEN-ÊTRE  
FORMATION