



# PLUS-SANTÉ FORMATIONS



## LE DIPLÔME DE RELAXOLOGUE **RELAX** Fondements

**LES FORMATIONS CONTINUES**  
**RELAX Ressources**  
**RELAX Harmonie**  
**RELAX Créativité**  
**RELAX Présence**  
**RELAX Déclic**

Accréditation ASCA  
pour toutes nos formations

**asca** Fondation suisse  
pour les médecines  
complémentaires

### DES FORMATIONS

au service de votre  
avenir professionnel  
et personnel,

pour répondre  
aux besoins  
de notre société et  
aux demandes accrues  
en matière  
de bien-être,  
d'épanouissement  
et de développement  
personnels

dans les domaines  
privé et  
professionnel.

# SOMMAIRE

⇒ Bienvenue à l’Institut Plus-Santé	3
⇒ Les objectifs des formations Plus-Santé	4
⇒ À qui s’adressent les formations Plus-Santé	5
⇒ La liste des formations Plus-Santé	6
⇒ La relaxation	7
⇒ La formation de base en Relaxation	8
⇒ Les formations continues	10
⇒ Comment s’inscrire aux formations Plus-Santé	15
⇒ Les conditions générales Plus-Santé	19
⇒ Pour nous contacter	22



# BIENVENUE À L'ACADEMIE PLUS-SANTÉ

**Chers futurs participantes et participants,**



Depuis plusieurs années, je transmets ma passion pour la préservation et l'amélioration de la santé, en accompagnant celles et ceux qui souhaitent se former au métier de la relaxation.

Mon objectif est de vous fournir des techniques efficaces pour aider vos clients ou patients à atteindre un mieux-être, tant dans leur vie privée que professionnelle.

La pédagogie de l'Institut Plus-Santé permet de former des professionnels compétents et opérationnels, capables de répondre à toutes les demandes rencontrées dans l'exercice de leur profession.

En tant que formatrice d'adultes, **mon engagement est de vous offrir les meilleures formations (formations de base et continues), pour devenir un spécialiste de la gestion du stress et du bien-être, équipé d'outils en relaxation, adaptés aux réalités de la société actuelle.**

Les formations Plus-Santé sont :

- Actuelles : pédagogie moderne et mise en pratique concrète
- Efficaces : acquisition rapide et durable des connaissances, savoir-faire et savoir-être
- Opérationnelles : applicables immédiatement dans votre projet professionnel grâce à une riche « boîte à outils ».
- Respectueuses : encadrées par des principes éthiques et déontologiques

Nos formations s'appuient sur une approche globale du bien-être. Elles aident les professionnels de la relaxation à guider leurs clients ou participants vers un équilibre harmonieux entre corps, mental, émotions et relations sociales. Chaque personne est encouragée à devenir actrice de son propre bien-être, avec confiance et autonomie.

Je reste à votre disposition pour répondre à toutes vos questions et vous accompagner dans votre projet de formation.

Chaleureuses salutations

**Nicole Béguin**  
Directrice de Plus-Santé



# OBJECTIFS DES FORMATIONS PLUS-SANTÉ

Le stress au travail reste un enjeu majeur en Suisse. Selon les statistiques, près d'un quart des personnes actives ressentent du stress souvent ou toujours, et certaines études estiment que plus de 40 % des travailleurs vivent un stress fréquent ou très fréquent. À long terme, ce stress peut nuire à la santé et au bien-être. Savoir le comprendre et le gérer efficacement est donc essentiel pour vivre pleinement et préserver sa qualité de vie.

Chacun traverse des périodes perturbées, des changements ou des transitions inévitables. Apprendre à mieux réagir dans ces situations et à adopter une vision plus positive de la vie permet de rester serein et équilibré.

**Les techniques enseignées dans nos formations de relaxation moderne apportent une détente corporelle, mentale et émotionnelle, favorisant l'équilibre et la sérénité. Notre approche intègre également la psychologie positive, qui met l'accent sur ce qui fonctionne dans la vie personnelle et professionnelle pour développer le bien-être durable.**

Plus-Santé propose plusieurs formations permettant d'accompagner vos futurs clients, en groupe ou individuellement, vers un mieux-être complet, équilibrant corps, mental, émotions et environnement social.

Toutes les formations de l'Institut Plus-Santé sont accréditées ASCA, garantissant leur qualité et leur reconnaissance professionnelle.

# À QUI S'ADRESSENT LES FORMATIONS PLUS-SANTÉ

## DÉBOUCHÉS

Le métier de praticien en relaxation est riche et varié, offrant de nombreuses possibilités d'intervention :

- **Ouverture d'un cabinet** : accompagner des problématiques liées au stress, à l'hygiène de vie, à l'image de soi, aux transitions de vie, aux troubles du sommeil, à la gestion de la douleur, et à la prévention des maladies psychosomatiques.
- **Prévention et ateliers** : intervenir comme vacataire dans les secteurs éducatif, sportif ou associatif pour soutenir la confiance en soi et la gestion du stress lors d'exams, entretiens, compétitions ou autres situations exigeantes.
- **Intervention en entreprise et structures diverses** : proposer des programmes sur la gestion du stress, la confiance en soi, l'attention, ou encore les problématiques musculosquelettiques.

## PUBLIC CIBLE

Toute personne, âgée de 18 ans minimum, souhaitant devenir un professionnel de la relation d'aide et de l'accompagnement en bien-être.

Nos formations complètent aussi les compétences des professionnels exerçant dans les milieux :

- médical et paramédical,
- psychologique,
- social,
- pédagogique,
- des soins corporels,
- du coaching,
- de l'accompagnement en général.



# LISTE DES FORMATIONS

## PLUS-SANTÉ

F1	<b>RELAX Fondements – Le diplôme de relaxologue</b>
F2	<b>RELAX Ressources – Psychologie positive</b>
F3	<b>RELAX Harmonie – Approches japonaises</b>
<b>Les 3 formations suivantes viendront à partir du printemps 2026</b>	
F4	<b>RELAX Créativité - Mandalas</b>
F5	<b>RELAX Présence – Méditation et Relaxation pour transitions de vie</b>
F6	<b>RELAX Déclic – Donner de l'élan à votre activité de relaxologue</b>





# LA RELAXATION EST PLUS QU'UNE SIMPLE DÉTENTE

La relaxation apporte une détente simultanée du corps et du mental, deux dimensions qui sont en constante interaction. Elle permet de vivre de manière plus positive et peut être apprise facilement pour être pratiquée de façon autonome.

Elle regroupe des méthodes simples et efficaces qui induisent un état physiologique de relaxation, neutralisant la réponse du corps au stress. La relaxation peut ainsi être appliquée pour mieux gérer : le stress, la panique, les ruminations, les phobies, certaines addictions, la douleur ou encore la fatigue qui en découle.

Le terme « relaxation » est parfois galvaudé et utilisé pour désigner d'autres disciplines. Pourtant, à la base, la relaxation repose sur des techniques éprouvées mises au point dès les années 1930 par des médecins, et adaptées à chacun. Cette diversité permet de constituer une boîte à outils personnalisée, avec les exercices les mieux adaptés à ses besoins et à sa pratique quotidienne.

## À qui s'adresse la relaxation ?

La relaxation s'adresse à toute personne souhaitant réduire le stress, relâcher les tensions physiques et mentales et retrouver un état de détente et d'apaisement, et plus particulièrement aux :

- **Personnes stressées**, fatiguées ou surmenées, désireuses de calmer le mental, améliorer le sommeil et retrouver de l'énergie.
- **Seniors**, pour favoriser la détente, soulager les tensions corporelles, mieux vivre les changements liés à l'âge et préserver le bien-être au quotidien.
- **Parents débordés et aux familles**, soumis à une forte charge mentale, souhaitant s'accorder un temps de pause et apaiser les tensions du quotidien.
- **Aidants familiaux**, pour prévenir l'épuisement, relâcher la pression émotionnelle et s'offrir un espace de ressourcement.
- **Enfants, adolescents et étudiants**, afin de diminuer le stress, favoriser le calme, la concentration et aborder les examens plus sereinement.
- **Personnes traversant une période difficile** (deuil, maladie, séparation, retraite), pour bénéficier d'un accompagnement doux favorisant le relâchement et le réconfort.
- **Personnes en reconversion** confrontées au stress, aux incertitudes ou à la fatigue mentale, souhaitant retrouver apaisement et clarté.
- **Professionnels** pour mieux gérer le stress, prévenir l'épuisement et améliorer l'équilibre entre vie professionnelle et personnelle.
- **Sportifs**, pour favoriser la détente musculaire, la récupération et la gestion du stress avant ou après l'effort.

# FORMATION PLUS-SANTÉ

## F1- RELAX Fondements

LA RELAXATION est un moyen thérapeutique préventif ou curatif efficace contre le stress, l'anxiété, les émotions négatives.

À la fin de cette formation, vous serez capable d'utiliser toutes les techniques de la relaxation avec des adultes dans le cadre de consultations individuelles ou de cours collectifs. Vous aurez acquis de solides connaissances dans le domaine de la gestion du stress. Vous disposerez aussi de tests permettant d'évaluer l'état de stress et de relaxation de vos clients.

En complétant ce certificat par la formation continue en sophro-relaxation pour enfants et adolescents vous pourrez vous occuper également d'enfants.

**8 Titre obtenu : Diplôme de relaxologue**

**Validation pour un suivi minimal de 80% des cours et la réussite des contrôles continus ainsi que l'acceptation du mémoire (voir CG de notre école)**

**100 h**

**10 jours de pratique et théorie en présentiel.**

**Travail individuel : organisation et suivi d'un client ou d'un groupe durant au minimum 5 heures, ceci donnant lieu à la rédaction d'un mémoire.**

**Support de cours à imprimer par le participant**

**Participants : minimum 4 et maximum 14**

**Coût total : 2'950.- CHF**

**Formation accréditée ASCA (Discipline thérapeutique n° 183)**



# LES THÉMATIQUES DE F1 – RELAX Fondements

Cette formation propose un cursus riche et pratique, alternant théorie et exercices concrets sur des thèmes essentiels liés au stress.

**Les techniques enseignées procurent une détente physique, émotionnelle et mentale, permettant d'agir sur le corps, de prendre du recul par rapport aux pensées et ruminations, de gérer les émotions négatives et d'activer des émotions positives.**

L'objectif : renforcer la confiance en soi et favoriser des relations épanouies.



Voici les contenus et pratiques proposés :

**Compréhension et gestion du stress**, pour mieux réagir aux situations perturbantes.

**Santé et hygiène de vie**, un socle pour soutenir l'équilibre global.

**Détente par le souffle**, avec diverses respirations incluant la cohérence cardiaque.

**Détente par le mouvement et la posture**, avec des techniques variées : relaxation musculaire progressive, yoga sur chaise, automassage, Do-in...

**Détente par l'attention et la concentration**, incluant des exercices psychosensoriels.

**Détente par l'autosuggestion**, avec des méthodes telles que le training autogène de Schultz ou le balayage corporel.

**Détente par l'imagerie positive**, incluant visualisation et imagerie mentale positive.

**Conduite de séances individuelles et en groupe**, pour mettre en pratique l'ensemble des techniques apprises et savoir les adapter aux participants.

Cette approche intégrée permet de développer **une expertise complète en relaxation**, avec des outils immédiatement applicables pour accompagner efficacement les personnes vers un mieux-être durable.

# FORMATION CONTINUE

## F2 – RELAX Ressources



### **LES FONDAMENTAUX DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE**

Cette formation initie à la psychologie positive, en se concentrant sur le renforcement des ressources positives des clients, comme les émotions positives et les forces de caractère. Les participants apprennent à accompagner des personnes souhaitant développer leur épanouissement, mieux gérer les difficultés et mettre en pratique leurs points forts au quotidien.

À travers des exercices concrets, ils découvrent comment :

- Identifier et valoriser les forces de caractère
- Encourager la croissance personnelle même face aux expériences négatives
- Structurer des séances thématiques avec suivi entre les rencontres
- Adapter les exercices à des contextes collectifs ou individuels

Avantage pour les relaxologues : cette compétence enrichit la pratique de la relaxation et favorise un bien-être durable, tout en respectant la confidentialité et l'empathie dans l'accompagnement.

⌚ 10 heures en option avec la formation RELAX Fondements

💰 325.- CHF

📘 Support de cours : fiches de techniques de méditation à imprimer par le participant

✉️ Des exercices à domicile sont à effectuer en préalable à chaque session

😊 Participants : minimum 6 et maximum 14

💻 Attestation de suivi du cours

☑ Formation accréditée ASCA

# FORMATION CONTINUE

## F3 – RELAX Harmonie



### **PRATIQUES JAPONAISES DE RELAXATION, DE CRÉATIVITÉ ET DE RECONNEXION À SOI**

Cette formation propose une exploration de pratiques japonaises ancestrales intégrées à la relaxation. Les techniques abordées utilisent le corps, le souffle, l'attention, l'imaginaire et la symbolique comme supports de détente, de recentrage et de régulation du stress. Elles favorisent une présence plus consciente, une meilleure écoute de soi et un apaisement global.

L’ikigaï invite à clarifier ce qui donne du sens et soutient l’équilibre de vie, tandis que le shinrin yoku et le do-in agissent directement sur la détente corporelle et nerveuse. L’ikebana, le haïku et le kintsugi symbolique sollicitent respectivement la créativité et la résilience. Ces approches sont adaptées au cadre de séances de relaxation, en individuel ou en groupe.

**16 heures**

**500.- CHF incluant la participation pour le matériel (fleurs)**

**Support de cours à imprimer par le participant**

**Matériel sur place dont fleurs**

**Participants : minimum 4 et maximum 8**

**Attestation de suivi du cours**

**Formation accréditée ASCA**



# FORMATION CONTINUE

## F4 – RELAX Créativité

### LE MANDALA COMME OUTIL DE RELAXATION, D'ATTENTION ET D'ÉVOLUTION

Le mandala est un outil pour vivre dans le moment présent, s'apaiser et se ressourcer. L'utilisation de mandalas permet de mieux se concentrer, de se centrer, d'être soi-même etc.

Ce cours apprend à dessiner, colorier, utiliser et lire un mandala. Il n'y a pas besoin de savoir dessiner pour trouver de la détente dans cette activité. L'utilisation du mandala apporte de la variété et une nouvelle approche pour vos séances de groupe de sophro-relaxation, mais également dans vos consultations individuelles, aussi bien avec des adultes, des adolescents que des enfants.

**20 heures**

**590.- CHF**

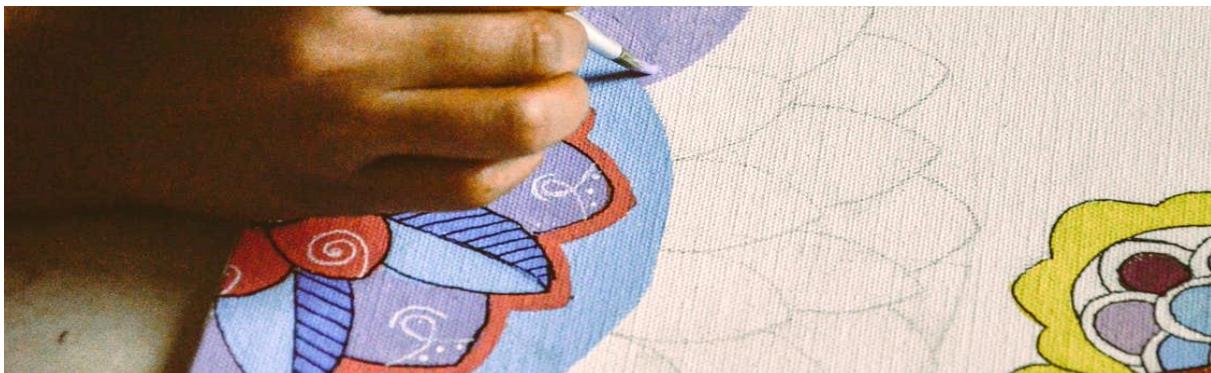
**Support de cours à imprimer par le participant**

**Matériel sur place dont peintures (toile à acheter), pinceaux à amener**

**Participants : minimum 4 et maximum 8**

**Attestation de suivi du cours**

**Formation accréditée ASCA**



# FORMATION PLUS-SANTÉ

## F5 – RELAX Présence



### MÉDITATION, RELAXATION ET APPLICATIONS POUR LES CLIENTS

Cette formation permet aux relaxologues d'enrichir leur pratique professionnelle en combinant méditation pleine conscience et techniques de relaxation ciblées. Les participants découvrent et expérimentent des méthodes directement applicables avec leurs clients, et apprennent à les adapter à des situations concrètes : télétravail, charge mentale et transitions de vie : deuil, divorce et retraite.

Chaque webinaire comprend deux blocs : méditation et relaxation thématique, intégrant exercices pratiques, conseils pour les séances et échanges avec le groupe. Les thématiques abordées sont : introduction à la pleine conscience et flash-relaxations, pleine conscience par les sens et relaxation autour du deuil, pleine conscience du corps et du mouvement et relaxation liée au télétravail, gestion des pensées et relaxation pour la charge mentale, travail sur les émotions et relaxation autour du divorce, ainsi que relations et intégration avec relaxation pour les transitions de vie et la retraite.

**⌚ 16 heures réparties en 6 webinaires et en travail à domicile**

**💰 490.- CHF**

**🖨 Support de cours à imprimer par le participant**

**✉ Des exercices à domicile sont à effectuer entre chaque session**

**😊 Participants : minimum 3 et maximum 9**

**📄 Attestation de suivi du cours**

**☑ En demande d'accréditation ASCA.**

# FORMATION PLUS-SANTÉ

## F6 – RELAX Déclic



### **CONSTRUIRE SON IDENTITÉ DE RELAXOLOGUE ET SES OFFRES**

Ce module accompagne les relaxologues en formation ou en début d'activité dans l'exploration de leur pratique et la construction de leur identité professionnelle. À travers des ateliers interactifs et des mises en pratique, vous apprendrez à structurer un accompagnement : définir le nombre de séances, le rythme et l'intention de chaque rencontre. Vous développerez votre capacité à adapter des scripts à différents contextes et publics, et à recueillir des retours d'expérience de manière créative, notamment par le dessin. Vous pourrez également concevoir un mini-cours ou un atelier avec des objectifs clairs et un déroulé concret. Le module intègre l'utilisation d'un cadre d'entretien individuel complet (accueil, écoute, reformulation, clarification, intention, clôture), l'outil du photolangage, ainsi qu'un travail sur la ligne de vie du relaxologue, l'identification des valeurs et ressources personnelles, et la formulation écrite de votre engagement professionnel afin d'aligner votre pratique avec vos choix et votre créativité.

**16 heures**

**490.- CHF**

**Support de cours à imprimer par le participant**

**Participants : minimum 4 et maximum 10**

**Attestation de suivi du cours**

**En demande d'accréditation ASCA**

# COMMENT S'INSCRIRE AUX FORMATIONS PLUS-SANTÉ



Les qualités requises pour suivre nos formations sont les suivantes :

- ⇒ Le souhait d'accompagner autrui vers un mieux-être,
- ⇒ L'équilibre affectif et psychique,
- ⇒ L'ouverture, respect et confidentialité,
- ⇒ L'écoute et empathie.

Plus-Santé a à cœur de former des sophrologues et des relaxologues compétents. C'est pourquoi les cursus sont destinés aux participants passionnés, engagés sérieusement dans la formation dans un but professionnel. Les formations offrent un nombre limité de places.

**Pour vérifier que la formation professionnelle choisie vous convient vraiment et que vous aurez plaisir à la suivre, nous aimerions connaître vos motivations à vous y engager.**

**Remplissez le formulaire d'inscription de la page suivante, avec votre choix de cours, expliquez vos motivations et joignez votre CV.**

**En remplissant le formulaire d'inscription, vous vous engagez à payer le prix du cours auquel vous vous inscrivez et vous reconnaisssez avoir pris connaissance et accepter de respecter les conditions générales (lesquelles figurent en fin de ce document).**

**Pour la formation de relaxologue un acompte de 950.- CHF est demandé à l'inscription et le solde est à payer au plus tard un mois avant la formation selon les délais de la facture.**

**Nous nous tenons à votre disposition pour tout renseignement et pour la prise d'un rendez-vous pour un entretien de conseil concernant la relaxation au +41 32 841 22 13.**

**Nicole Béguin**



# BULLETIN D'INSCRIPTION

## CERTIFICAT DE RELAXOLOGUE

*Merci de bien vouloir remplir complètement et lisiblement les deux pages du formulaire*

Mme  M.

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ NP/Localité \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Profession \_\_\_\_\_

Tél. privé \_\_\_\_\_ Tél. mobile \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

Dates de la formation*	Titre du cours choisi	Prix° (CHF)
<b>PRIX TOTAL</b>		

\*Les dates de cours figurent sur la page agenda du site [www.plus-sante.ch](http://www.plus-sante.ch)

Pour la formation F1 et pour les formations continues si vous n'avez pas suivi une formation de relaxologue chez Plus-Santé, écrivez ci-dessous vos motivations à vous engager dans la formation professionnelle choisie.

Merci de joindre une copie de votre diplôme de relaxologue, si vous n'avez pas suivi votre formation de base chez Plus-Santé.

Paiement	Mode de paiement
<input type="checkbox"/> Par le participant  <input type="checkbox"/> Par l'employeur Indiquez ici Adresse + timbre et signature	Selon facture envoyée au participant

**Par ma signature, je reconnais avoir pris connaissance des conditions générales et les accepte. Ce bulletin d'inscription fait office de contrat, je m'engage à payer le-s cours auquel-s je m'inscris.**

Plus-Santé se réserve le droit de renvoyer ou d'annuler un cours qui ne réunirait pas le nombre minimal de participants ou si des circonstances spéciales (par exemple sanitaires) se produisent.

Date

Signature

---

**Adresse postale pour l'envoi de votre inscription :**

**Plus-Santé | Nicole Béguin | Ch. des Battieux 9a | CH - 2013 Colombier**

**Adresse mail pour l'envoi de votre inscription : plus.sante.info@gmail.com**

# CONDITIONS GÉNÉRALES

## PLUS-SANTÉ

Les présentes conditions générales s'appliquent aux formations certifiantes et continues Plus-Santé.

### 1. INSCRIPTION

Les inscriptions par poste ou e-mail sont valables et ont un caractère obligatoire. Elles comporteront le nom, prénom, le domicile, un numéro de téléphone et une adresse mail, ainsi que le fait d'avoir pris connaissance des conditions générales de participation. Le paiement d'arrhes pour le cours valide votre inscription.

### 2. CONFIRMATION

La réception de votre inscription est validée par courriel dans les 14 jours. La confirmation définitive, laquelle est fonction du nombre de participants, sera envoyée dès que le nombre minimal d'inscrits est atteint, mais au plus tard par courriel 14 jours avant les formations.

### 3. NOMBRE DE PARTICIPANTS ET RÉALISATION DES COURS

Afin de pouvoir garantir des conditions optimales pour le bon déroulement de nos cours, nous fixons, pour chacune des offres proposées, un nombre minimal et un nombre maximal de participants. Quand le cours est complet, nous créons une liste d'attente.

Les places sont attribuées selon l'ordre d'entrée des inscriptions, sous réserve de la réception du paiement de l'acompte pour valider l'inscription et des frais de cours, dans le délai imparti.

L'inscription a valeur de contrat.

### 4. DURÉE DE COURS

Une période d'enseignement correspond à 50 minutes de cours.

### 5. REPORT ET ANNULATION

Plus-Santé se réserve le droit de renvoyer ou d'annuler une formation qui ne réunirait pas assez de participants. En cas d'annulation, les factures sont annulées et les frais de cours déjà versés sont restitués dans les plus brefs délais. En cas de report, des dates convenant au mieux aux personnes inscrites seront recherchées.

### 6. FINANCES

Le formulaire d'inscription indique le montant pour les frais de cours. Ceux-ci incluent le matériel, les supports de cours à imprimer et les enregistrements audios, pour autant que le contraire ne soit pas explicitement mentionné. Les frais indirects sont à la charge des participants : impression, livres pour lecture personnelle, frais de transport, repas de midi, hébergement éventuel etc.

Aucun cours ne peut faire l'objet d'un contrat de paiement échelonné à partir de 2024. Les cours doivent être payés intégralement avant leur début. Pour les contrats de paiement échelonnés encore en cours en 2023, le montant total de la formation reste intégralement dû en cas d'arrêt de la formation.

### 7. ACOMPTE

Au moment de l'inscription pour une formation diplômante, un minimum de 950.- CHF sont à verser.

### 8. MODALITES DE PAIEMENT

À l'issue de votre inscription à la formation, une confirmation de la prise en compte de votre inscription est délivrée. Le délai de paiement indiqué est impératif. L'inscription oblige à payer l'écolage. Le non-paiement de l'écolage n'est pas considéré comme une annulation de l'inscription. La totalité du prix doit être payée un mois avant le début de la formation.

Le paiement s'effectue par e-banking en francs suisses, pas de paiement sur place.

### 9. DÉSISTEMENT

Un délai de rétractation de 7 jours permet de révoquer le contrat par simple communication écrite dans les 7 jours à compter de la date d'inscription et cela sans frais. Le timbre postal faisant foi.

Une annulation d'inscription entraîne des formalités administratives, donc toujours des frais de gestion. En fonction de la date de l'annulation, nous consentirons à une dispense totale ou partielle du paiement de l'écolage. Vous devez nous adresser une lettre stipulant l'annulation de votre inscription. La date du timbre postal sera considérée comme la date d'annulation officielle.

Les remboursements se font en francs suisses.

Les dispositions à ce sujet (date de l'annulation de l'inscription & taxe de retrait) sont les suivantes :

- ⇒ plus de 60 jours civils avant le début du cours : CHF 290.- de frais de gestion pour les certificats et diplômes et CHF 90.- de frais de gestion pour les formations continues,
  - ⇒ entre 60 et 31 jours civils avant le début du cours 30 % de l'écolage,
  - ⇒ entre 30 et 15 jours civils avant le début du cours 60 % de l'écolage,
  - ⇒ à partir de 15 jours civils avant le début du cours 100% de l'écolage
- aucune dispense de paiement ni remboursement, aussi nous vous suggérons éventuellement de contracter une « assurance annulation formation » auprès d'un assureur. Les assurances événements vous remboursent les frais d'annulation si vous ne pouvez profiter d'une prestation réservée (séminaire ou cours) pour des raisons de santé ou d'autres raisons couvertes

Pour chaque rappel, il sera facturé des frais administratifs de CHF 10.- par rappel.

Au surplus, l'intérêt de retard sera calculé à 10 % l'an.

#### 10. SITUATION EXCEPTIONNELLE

En cas de situation extraordinaire (sanitaire - par exemple Covid-19 - environnementale, politique etc.) nous suivons les recommandations gouvernementales. Les formations peuvent être dispensées par visioconférence et en travail personnel accompagné, ou devoir être données en groupes restreints et de nouvelles dates agendées. Ces changements indépendants de notre volonté ne constituent pas un motif de désistement et les dispositions du paragraphe 9 s'appliquent, quel que soit le moment où l'annonce de la modification survient.

#### 11. ABSENCES

Toutes les absences doivent être justifiées.

Aucune réduction de prix n'est accordée pour les leçons manquées quel qu'en soit le motif (accident, maladie, quarantaine etc.)

Un minimum de 80% de présence aux cours est obligatoire pour se présenter aux examens.

En cas d'absence ponctuelle, l'élève a droit au support de cours, mais pas en cas d'annulation du suivi de la formation.

Les heures manquées ne peuvent pas être rattrapées et ne sont pas remboursées.

#### 12. ATTESTATION DE COURS

À condition d'avoir suivi au moins 80 % des leçons, une attestation de suivi des cours ou une inscription dans le carnet de formation de la Fédération suisse pour la formation continue (FSEA) peuvent être demandées, de même que par les personnes ne se présentant pas à un examen certifiant. Dans les deux cas, le cours ne doit pas remonter à plus d'une année.

#### 13. EXAMENS

Est admis tout candidat ayant fréquenté au moins 80 % des leçons.

L'examen écrit et le mémoire sont notés sur 6, la moyenne est à 4 pour chacun.

Un examen ou un mémoire qui n'a pas atteint les exigences peut être refait.

Les taxes liées à l'examen sont incluses et payées avec le prix de la formation.

La taxe d'un examen écrit de relaxation se monte à 250.- CHF et elle est à repayer une deuxième fois en sus pour tout examen reporté ou devant être refait. Le délai pour réussir un examen écrit est de maximum 6 mois. La taxe est payable 15 jours avant la date d'examen programmé d'entente avec Plus-Santé.

La remise d'un mémoire hors délais, ou un mémoire qui ne remplit pas les critères et devant être complété occasionnent 250.- CHF de frais en sus. La présentation du mémoire se fera au moment des examens de la volée suivante. La taxe est alors payable 15 jours avant la date d'examen.

Au-delà des échéances précitées, tout examen ne peut plus être refait et tout mémoire ne peut plus être remis.

#### 14. DIPLÔME / CERTIFICAT

La réussite des examens et mémoire (voir § 13) et le suivi de 80% des cours permettent d'obtenir un certificat ou un diplôme. Ceux-ci sont délivrés tous les trois mois. Entre-temps une attestation de réussite est délivrée sur demande.

## **15. AGRÉGATION ET RECONNAISSANCES.**

Plus-Santé offre des formations de qualité qui permettent de demander à être agréé en tant que thérapeute par l'ASCA suite au suivi supplémentaire d'une formation en anatomie-physiologie-pathologie et un cours BLS-AED. Ces deux derniers cours ne sont pas dispensés par notre institut de formation.

Plus-Santé ne saurait être tenu pour responsable des changements imposés par les assureurs conventionnés durant ou après la formation et/ou de leur éventuel refus d'agrérer un thérapeute.

Le suivi des formations de relaxologue et de sophrologue permet d'accéder au certificat international de relaxologue.

## **16. EXCLUSION DU COURS**

La direction de l'institut Plus-Santé se réserve le droit d'exclure un participant en précisant les motifs. La totalité de l'écolage reste dû dans les cas suivants : exclusion due au non-paiement de l'écolage, ou comportement inacceptable tel qu'insultes, agression, dégradation volontaire de matériel, vol etc.

## **17. ENREGISTREMENTS VIDEO, AUDIO ET PHOTOS**

Il est interdit d'effectuer des enregistrements vidéo ou audio durant les cours, ainsi que des photos, de même que des captures d'écran lors de visioconférences, ceci par respect de la vie privée d'autrui. Les formations se déroulent sous le sceau de la confidentialité. Ce qui se dit en cours reste en cours.

## **18. DROITS D'AUTEUR**

La documentation pédagogique remise lors des sessions de formation est protégée au titre des droits d'auteur et ne peut être réutilisée autrement que pour un strict usage dans son activité professionnelle personnelle, et ceci sans en distribuer le contenu sous forme de copies imprimées ou de transmission des audios.

## **19. SÉCURITÉ**

Chaque participant doit veiller à sa sécurité personnelle et à celle des autres en respectant les consignes générales et particulières de sécurité et d'hygiène en vigueur sur le lieu de formation. Chaque participant en acceptant les conditions générales reconnaît ne pas faire l'objet d'un suivi psychiatrique ou d'un burnout.

## **20. RESPONSABILITÉ**

Plus-Santé décline toute responsabilité pour les éventuels dommages que vous pourriez subir. L'organisation des cours ne prévoit aucune couverture d'assurance en faveur des participants. Vous devez dès lors souscrire vous-même une assurance responsabilité civile suffisante. L'utilisation des locaux et du matériel de Plus-Santé s'effectue à vos risques et périls. La société Plus-Santé ne saurait être tenue responsable de vols ou de pertes, pour les effets personnels apportés dans ses locaux de même que pour des blessures corporelles.

## **21. ORDRE DANS LE BATIMENT**

Il est strictement interdit de fumer dans le bâtiment, cigarette électronique comprise.

Il est interdit de manger dans les salles de cours.

Il est interdit d'amener un animal.

## **22. RÉSERVES.**

La direction se réserve le droit de procéder à des modifications de programmes, de planification d'horaires, ainsi que des conditions générales ceci à des fins d'amélioration des prestations ou en cas de force majeure.

## **23. LANGUE CONTRACTUELLE**

La langue contractuelle est le français

## **24. FOR JUDICIAIRE**

Toutes les relations juridiques avec Plus-Santé sont soumises au droit suisse. Le for juridique est Neuchâtel.

Pour tout litige découlant du présent contrat, les parties conviennent que toute procédure sera soumise à Neuchâtel, cela en dérogation à l'art. 30 al. 2 de la Constitution fédérale, le participant renonçant au for judiciaire de son domicile.

N'hésitez pas à  
NOUS CONTACTER  
POUR TOUTE QUESTION



PLUS-SANTÉ  
Dr Sc. Nicole Béguin

[www.plus-sante.ch](http://www.plus-sante.ch)

Tél. : +41 32 841 22 13

E-mail : [info@plus-sante.ch](mailto:info@plus-sante.ch)