

KERANANDA, L'ART DU TOUCHER-PRÉSENCE®

QUELQUES INFOS ESSENTIELLES AVANT DE VENIR EN FORMATION

Bretagne, Rennes

CEM
FORMATION

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification a été délivrée au titre
des catégories d'actions suivantes :
ACTIONS DE FORMATION;
BILANS DE COMPÉTENCES;
ACTIONS PERMETTANT DE FAIRE VALIDER LES
ACQUIS DE L'EXPÉRIENCE;

KerAnanda
L'Art du Toucher-Présence®



MODALITÉS PRATIQUES

Localisation

Située dans le **quartier Jeanne d'Arc**, à Rennes :
12, rue Beugeard Lancelot - 35700 Rennes

Sorties rocade : « Gayeulles/Maison Blanche » ou « Longs Champs »
Bus n°C1 arrêt « Assomption » ou n°C5 arrêt « Jeanne d'Arc »
Métro ligne B - station "Joliot Curie Chateaubriand"

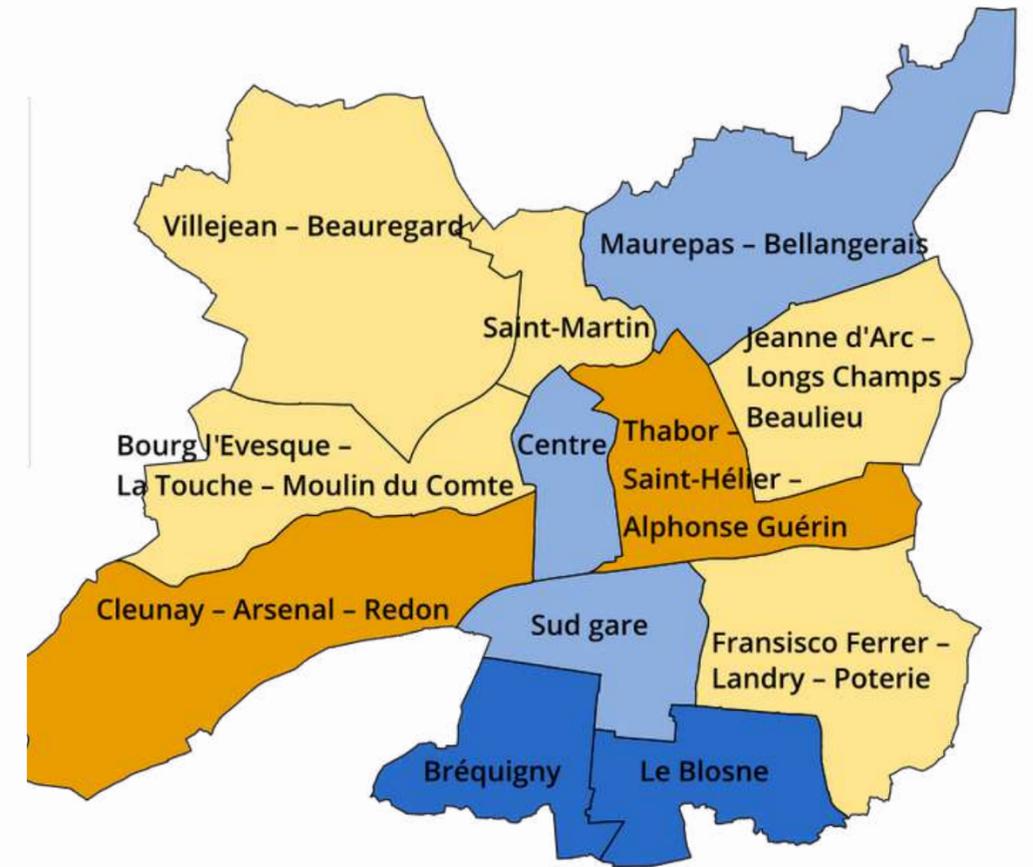
Stationnement gratuit dans le quartier. Attention : marché le jeudi

NB : en dehors des formations, la salle n'est pas accessible au public.
C'est une **porte de garage** qui vous donne l'accès à la salle de formation
Merci de prêter attention à ne pas sonner chez ma voisine qui habite au 10

Horaires

Les formations ont en général lieu de 9h à 17h, les ateliers de 10h à 17h
Je suis sur place pour vous accueillir **15 minutes avant** avec des boissons chaudes (thés, café, infusions) et fraîches, quelques douceurs en partage.

Un grand merci à vous de consulter votre convocation, les e-mails de relance et de respecter ces horaires dans la mesure du possible, n'hésitez pas à me prévenir à l'avance si vous aviez besoin d'ajustements.



VOTRE ESPACE DE FORMATION

A votre disposition sur place

Vous trouverez dans la salle un **coin cuisine équipé** avec :

- un petit réfrigérateur, un micro-ondes, une bouilloire, une cafetière,
- un évier,
- de la vaisselle, des tables et des chaises pliantes.

Également, pour votre confort :

- Un coin vestiaire,
- Un wc avec un lave-mains.

Pour le plaisir du partage

Pour les pauses, je vous mets à disposition des produits principalement issus de l'agriculture biologique :

- Café, thermos d'eau chaude, sachets de thé et de tisanes bio, jus de fruits et eau osmosée
- Gâteaux secs et/ou du chocolat

Vous êtes bienvenus d'apporter de quoi agrémenter les pauses avec ce qu'il vous plaira de partager lors des sessions.



VOUS RESTAURER LE MIDI DANS LE QUARTIER

Sur place

Vous pourrez rester déjeuner dans la salle si vous le souhaitez ou, s'il fait beau, vous rendre au Parc de Maurepas à deux pas.

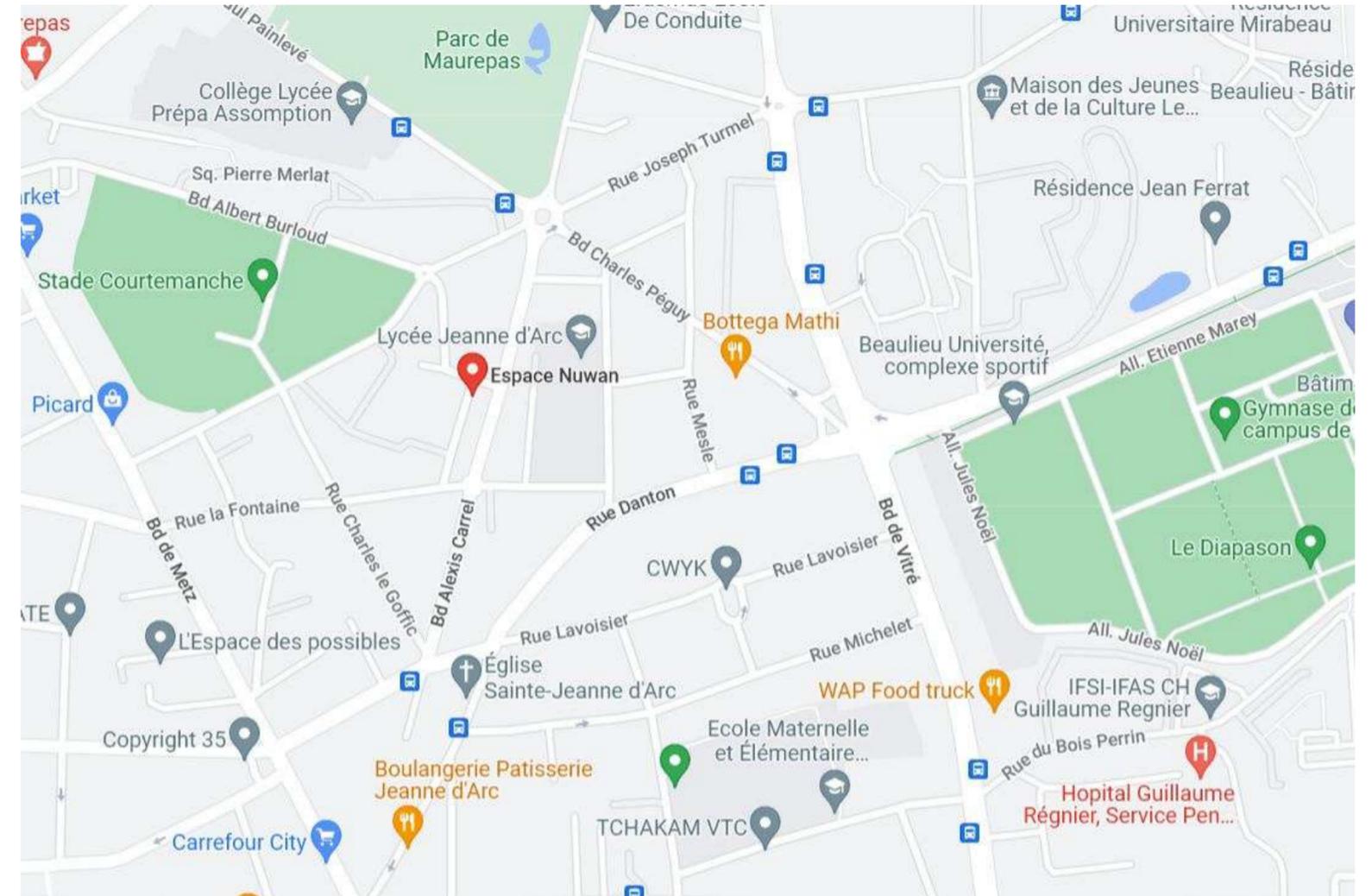
Snacks & courses

- Boulangeries:
 - très proche, située sur le bd A. Carrel
 - vers l'église, rue Danton
 - deux à l'entrée de la rue de Paris à une dizaine de minutes
- Kebab et pizzas bio/sans gluten à emporter, bd de Strasbourg
- Traiteur charcutier et traiteur poissonnier, rue de Paris
- Carrefour market, bd de Metz et Super U rue de Fougères
- Biocoop, à l'angle de la rue de Paris et du bd de Metz

Restaurants

La plupart nécessitent de réserver :

- le Wok, route de Fougères, asiatique, 15/20 euros
- la Via Roma, route de Fougères, pizzeria/crêperie, 10/15 euros
- Casamance Breizh, rue de Fougères, sénégalais, 15/20 euros
- Libanais, rond-point des Gayeulles



QUELQUES PISTES D'HÉBERGEMENTS

L'Ibis Styles Rennes Cesson

Très proche en voiture, accessible avec le bus C1, parking gratuit

1 ter Route de Fougères 35510 Cesson-Sévigné 02 23 21 51 51 - hb7p3@accor.com

Appart'hôtel

En face de la polyclinique, accessible avec le bus C1

6 bis Rue du Chêne Germain, 35510 Cesson-Sévigné 02 23 25 27 60

Super insonorisé, Sauna, Salle de fitness. Voir le site

Campanile Rennes Atalante Beaulieu

Allée Antoine Becquerel 35700 RENNES 02 99 38 37 27

Le Garden

En centre-ville, sensibilité écologique, calme

3 Rue Jean Marie Duhamel, 35000 Rennes 02 99 65 45 06

Les Chouettes

Rue Dupont des Loges, chambres à partager

Le Pavillon de Jeanne

6 rue du Docteur Bertheux 35700 RENNES 02 23 20 66 28

Auberge de jeunesse

10 Canal Saint-Martin, 35700 Rennes 02 99 33 22 33



VOTRE CONFORT EN FORMATION

Modalités sur place

Vous travaillerez toujours en **petits groupes**, maximum 10 personnes, afin de me permettre d'être à l'écoute de chacun d'entre vous.

La salle est équipée :

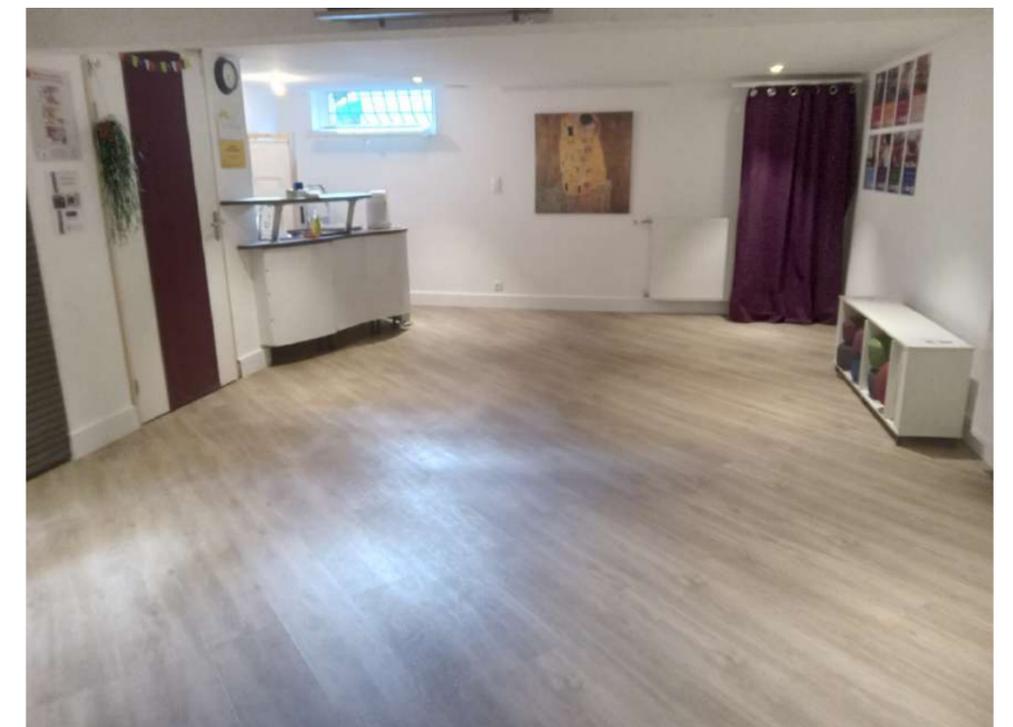
- d'un vidéoprojecteur, de musique, d'un paperboard, de livres à consulter pendant les pauses
- de tables de massage, de chaises de massage et de tapis de sol prêtés pour les sessions de formation
- de casiers vous permettant, si vous le souhaitez, de laisser vos affaires dans la salle pour les retrouver le lendemain sans vous charger.

Outils et ressources

La mise en place d'un **espace virtuel LMS Moodle personnalisé qui vous donne accès, en amont, pendant et en aval de la formation** à :

- vos documents administratifs (devis, contrats, feuilles d'émargement...)
- les documentations pédagogiques en PDF, en vidéo
- les ressources produites ensemble en cours de formation
- vos attestations de formation

Vous n'aurez qu'un minimum de notes à prendre afin de **privilégier l'apprentissage par la pratique**, l'expérimentation.



MATÉRIEL À PRÉVOIR POUR LES FORMATIONS & ATELIERS



- Prévoyez des **vêtements confortables et souples**, plutôt proches du corps, permettant de vous étirer, vous plier, vous déplacer sans bruit : jogging, tee-shirt, short...
- Évitez le jean, les jupes...
- Portez un **minimum de bijoux** sur les mains et avant-bras
- Vous allez retirer vos chaussures en arrivant dans la salle... à vous de choisir votre confort sur le parquet... chaussons, grosses chaussettes... ou pieds nus selon ce qui vous convient le mieux
- Prévoyez par personne **un paréo et/ou un drap 1 personne et/ou une serviette de plage** afin de recouvrir la table de massage / le tapis de sol et, selon les pratiques, de recouvrir les zones non massées
- Votre **huile de massage** si vous en avez une de prédilection (sinon vous en trouverez sur place)
- De quoi prendre des notes si vous le souhaitez

MATÉRIEL SPÉCIFIQUE À CHAQUE MODULE



- Des vêtements adaptés à masser et être massé, à vous rhabiller/déshabiller rapidement entre les pratiques
- Différents modèles de tables de massage, de chaises ergonomique, de matelas pour le sol vous seront mis à disposition à mesure de la formation afin de vous permettre d'identifier ce qui vous convient le mieux.



- Des vêtements adaptés à masser et être massé, à vous rhabiller/déshabiller rapidement entre les pratiques
- Un paréo ou une grande serviette de plage par jour de formation
- Une petite serviette de toilette
- Les huiles de massage que vous aimez utiliser



- En sessions 2 et/ou 3, un paréo ou une grande serviette de toilette
- Différents modèles de chaises ergonomique vous seront mis à disposition à mesure de la formation afin de vous permettre d'identifier celle qui vous convient le mieux.

MATÉRIEL SPÉCIFIQUE A PRÉVOIR SELON LES MODULES



- Un foulard de type cheich, long, en coton
- Des protections pour les genoux si cela vous est nécessaire (vous trouverez des coussins dans la salle)



- Un coussin d'allaitement (plutôt en long qu'en demi-lune) pour le massage en latéral... sinon, un traversin, des grandes serviettes à rouler, des coussins...
- Un paréo ou une grande serviette de plage par jour de formation



- Un poupon de massage
 - Les modèles de chez Retif sont adaptés et peu coûteux
- Les huiles de massage que vous aimez utiliser
- Une petite serviette de toilette

MATÉRIEL SPÉCIFIQUE A PRÉVOIR SELON LES MODULES



- Un foulard de type cheich, long, en coton
- Une couverture douce pour les pratiques de relaxation



- Un paréo ou une grande serviette de plage
- Une petite serviette de toilette
- Les huiles que vous aimez utiliser



- Les huiles végétales, huiles essentielles, hydrolats que vous aimez utiliser
- Vos flacons vides si vous en avez

MATÉRIEL SPÉCIFIQUE A PRÉVOIR EN ATELIER D'INITIATION



- Des vêtements adaptés à la pratique
- Un paréo ou une grande serviette de plage par personne
- Une petite serviette de toilette
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection



- De quoi changer votre bébé pendant l'atelier
- Une petite serviette à déposer sur le matelas de massage
- De quoi nourrir, donner à boire à votre bébé
- Votre huile de massage si vous le souhaitez



- Des vêtements adaptés à masser et être massé, à vous rhabiller/déshabiller rapidement entre les pratiques
- Un paréo ou une grande serviette de plage par personne
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection

FOURNISSEURS DE MATÉRIEL PARTENAIRES

Ludion

Vendeur professionnel de matériel, fournisseur de confiance, formé aux techniques de massage, vous pouvez contacter Laurent de ma part. En lui donnant un code que je vous donnerai en formation sur demande, vous bénéficierez d'une réduction de 10% en tant que mes élèves.

Bodynova

Très bon site de vente en ligne, matériel de grande qualité, catalogue très conséquent, très bon service après-vente, plusieurs gammes de prix. En transmettant un bon de réduction en PDF que je vous donnerai en formation, vous bénéficierez d'une remise de 10% en tant que mes élèves.

Douces Angevines

Pour de petits conditionnements, vous trouverez toute la gamme en Biocoop. Sinon, vous pouvez contacter Sophie Prud'homme pour vos commandes.

Huiloreine

Fournisseur professionnel de qualité, conditionnements de 250 mL à 5L pour de nombreuses huiles végétales, gammes en bio

Forever

Produits de grande qualité à base d'Aloe Vera



POUR ASSURER VOTRE CONFORT ET BIEN-ÊTRE

- Aération régulière de la salle de formation pendant et entre les sessions
- Diffusion d'huiles essentielles pour une ambiance olfactive adaptée aux heures de la journée
- Un lavage de mains soigneux et régulier au cours de la journée : savons bio à disposition
- Gel hydroalcoolique à disposition
- Nettoyage des tables et tapis de massage avec un spray désinfectant bio à base d'huiles essentielles
- Ménage régulier de la salle de formation, des sanitaires, du vestiaire, des plans de travail et poignées de portes, interrupteurs, VMC...
- Poubelle à pédale dans le coin cuisine
- Poubelle de tri (papiers, plastiques)



SÉANCES & FORMATIONS



CONTACTEZ-MOI



Adresse postale

18, bd Alexis Carrel
35700 Rennes

Contacts et réseaux

contact@kerananda.com
www.kerananda.com
[Facebook](#) - [LinkedIn](#) - [Twitter](#)
[Instagram](#) - [YouTube](#)

Numéros de téléphone

02 99 27 47 53
06 14 89 62 33