



Activ'AT

Techniques de Relaxation

Certifié



DataDock

Activ'AT

*Formation Prévention
et Gestion du stress*



[GS-INI]

Prévention et gestion du stress | Initiation



Description de la formation

Objet

- i** Formation en présentiel permettant d'acquérir les notions élémentaires à propos du stress.

Compétences

- ✓**
 - identifier et de reconnaître son propre stress
 - comprendre les mécanismes du stress et acquérir des connaissances sur votre propre fonctionnement face au stress
 - apprendre à mieux gérer vos émotions, à mieux prendre soin de vous et améliorer vos capacités physique et mentales, avec des outils simples et concrets.

Informations pratiques

- 👤** Formation tous publics (professionnels du bien-être, de l'esthétique, éducateurs, toute personne souhaitant compléter ses connaissances dans la relation d'aide et de l'accompagnement, ...)

- Durée en présentiel : 3 jours, de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

- 🕒** = 21 heures + travail personnel à fournir (exercices, cas pratique, révisions)

- Durée en distanciel : 1 mois environ, voir Programme

Nombre de participants

- 👥**
 - Présentiel : de 4 à 14 apprenants maximum
 - Distanciel : de 2 à 6 apprenants maximum

- 📍** Lieu : Centre d'affaire et d'innovation sociale (SARCUS) de Nogent-sur-Oise



PROGRAMME

Programme en présentiel

Première journée

Définition du stress
Stress au fil du temps
Modèle de Selye et les trois phases du stress
Les mécanismes du stress
L'axe du stress et les circuits neuro-hormonaux
Les conséquences du stress et les hormones du stress
La pyramide des besoins de Maslow
Les signes du stress
Outils d'auto-évaluation du stress, mesure physiologique du stress (test du stress chronique et l'équilibre du Système Nerveux Autonome)
Cas pratiques

Deuxième journée

Théorie de la double évaluation de Lazarus et Folkman
L'impact du stress sur le corps et le système psyché
Topographie corticale et Homonculus de Penfield
Rôle de thalamus, circuits de vigilance et de récompense
L'influence du stress sur les capacités mentales et physiques
Le système nerveux central et neurovégétatif
Les troubles fonctionnels dus au stress
Utilisation des échelles d'évaluation du stress
Cas pratiques

Troisième journée

Gestion des émotions
Le rapport à soi et l'image de soi
Evaluation des ressources disponibles pour y faire face
Le potentiel cognitif
Techniques de relaxation
Cas pratiques
Evaluation des acquis

Moyens pédagogiques en présentiel

- ✓ Travail en binôme
- ✓ Exercices pratiques
- ✓ Supports pédagogiques
- ✓ Vidéo projection



PROGRAMME

Programme en distanciel

7 séquences étalées comme suit : environ 1 séquence à effectuer par semaine (moyens : plateforme e-learning, visioconférences collectives planifiées une fois par semaine, travail personnel à fournir...)

SEQUENCE 01

Connaître la définition du stress et comprendre son historique

SEQUENCE 02

Connaître différentes approches et modèles psychologiques du stress appliqués à la vie privée et professionnelle

SEQUENCE 03

Comprendre les mécanismes du stress à travers ses différentes formes et leur évolution sur le cerveau humain

SEQUENCE 04

Comprendre et analyser les facteurs de stress ainsi que les réactions physiologiques selon les phases du stress

SEQUENCE 05

Comprendre la physiologie du stress et les circuits neuro-hormonaux (stress / récompense)

SEQUENCE 06

Déceler les signes du stress et analyser ses impacts physiques et psychiques

SEQUENCE 07

Connaître et appliquer des outils de gestion du stress

Modalités pédagogiques en distanciel

- ✓ Plateforme d'apprentissage
- ✓ Évaluations en ligne
- ✓ Visioconférences
- ✓ Travail personnel accompagné

Formatrices

ANGÉLIQUE TOULLEC

- ☑ Directrice de l'organisme de formation Activ'AT
- ☑ Réflexologue-Titre RNCP
- ☑ Praticienne en massages-bien-être Suédosportif®
Praticienne en DLM Bien-être Vodder
- ☑ Assistante de formation (Centre de Formation E. Breton - www.reflexobreton.fr)
en prévention et gestion du stress (Fiche RS3876 | Fiche RS3713)
- ☑ Formatrice
 - pour adultes Titre RNCP
 - en automassages dans le cadre sportif



ELISABETH BRETON

(Interventions ponctuelles en tant que conférencière selon disponibilités)

- ☑ Directrice du Centre de formation Elisabeth Breton
- ☑ Réflexologue Titre RNCP, Conférencière et auteur et
Responsable pédagogique des programmes de formation
« *Prévention et Gestion du stress* » :
 - En milieu professionnel
 - Du personnel soignant
 - Des enseignants et du personnel éducatif



● ● ● ●

Plan d'accès pour une formation dans nos locaux

Centre de formation

Centre d'affaires Sarcus - 9 Rue Ronsard, 60180 Nogent-sur-Oise



www.activ-at.fr/a-propos/le-centre-de-formation/



TRANSPORTS EN COMMUN

Depuis PARIS NORD :

- 25 min via le TER pour arriver à la gare de CREIL
- ou 57 min via le RER D pour arriver à la gare de CREIL

Depuis AMIENS :

- 51 min via le TER pour arriver à la gare de CREIL

Puis :

- Une dizaine de minutes avec un des bus de la gare
- ou 23 min (1,5 km) à pied depuis la gare de Creil pour arriver au Centre.

VOITURE

Un grand parking gratuit est dédié aux visiteurs du SARCUS situé à partir du 1 rue François Villon, à Nogent sur Oise (2 min à pied, 150 mètres).



Contact

Centre de formation : du lundi au vendredi

Séances massages et réflexologie : du lundi au samedi / sur rendez-vous

Téléphone
06 52 39 30 50

Email
contact@activ-at.fr

Adresse de correspondance
Siège Social Activ'AT
Angélique Toullec
4 Allée Pierre et Marie Curie
60270 Gouvieux



Adoptez l'éco-attitude !

N'imprimez que le bulletin d'inscription.

Conditions Générales de Vente - Formations

Désignation

« Activ'AT » représenté par Angélique Toullec désigne un organisme de formation professionnelle, dont le siège social est situé au 4 allée Pierre et Marie Curie, 60270 Gouvieux.

Objet et champ d'application

Les présentes Conditions Générales de Vente déterminent les conditions applicables aux prestations de formation effectuées par Activ'AT, organisme de formation représenté par Angélique Toullec.

L'Organisme de formation Activ'AT s'engage à organiser les actions de formation intitulées dans le catalogue diffusé sur son site internet : www.activ-at.fr/formations/. Les contenus et les durées de formation sont indiqués également sur le site internet.

Les formateurs sont ceux indiqués sur le site, les conventions ou les contrats. L'Organisme de formation Activ'AT se réserve le droit de modifier le programme, les dates ainsi que l'animateur, en cas de nécessité absolue. Le demandeur déclare suivre la formation choisie dans un but professionnel et remplir les conditions d'accès définies par les articles du Livre IX et L920-13 du Code du travail (www.legifrance.gouv.fr/affichCodeArticle.do?idArticle=LEGIARTI000006651313&cidTexte=LEGITEXT000006072050&dateTexte=20040505)

Les prestations se déroulent au sein de l'une des salles du centre d'affaires Sarcus, 9 rue Ronsard, 60180 Nogent-sur-Oise selon la disponibilité de celles-ci. Dans ce cas, nous assurons la mise à disposition de tous les équipements nécessaires à la formation.

Selon les actions de formation, ces dernières peuvent également se dérouler au sein des locaux des centres de formations partenaires et/ou en entreprise sur l'ensemble du territoire national. Selon les cas, la mise à disposition des équipements nécessaires à la formation peut être demandée à l'organisme de formation partenaire ou à l'entreprise.

Toute demande de formation auprès de l'organisme de formation implique l'acceptation sans réserve du co-contractant des présentes Conditions Générales de Vente.

Modalités d'inscription

L'apprenant est informé qu'il est nécessaire de transmettre son CV et sa lettre de motivation.

L'apprenant peut au besoin demander un entretien avec le responsable de l'organisme de formation. Le responsable de l'organisme de formation peut aussi demander un entretien avec le postulant pour vérifier sa motivation.

Des prérequis préalables à l'entrée en formation peuvent être demandés selon la formation choisie (voir programme).

Le demandeur et si c'est le cas, le donneur d'ordre certifient avoir pris connaissance du programme et vérifient le niveau de connaissances préalables requis pour suivre la formation choisie.

Les inscriptions sont prises en compte par ordre d'arrivée et après vérification des critères préalables requis demandés sur le formulaire d'inscription. Si l'effectif maximum est dépassé (14 personnes), une autre session est proposée, avec accord de l'intéressé.

Organisation de l'action de formation

La durée de la formation varie en fonction des modules choisis. A l'issue de chaque module, une attestation de présence est délivrée à l'apprenant. En cas de besoin, une feuille de présence pourra également être délivrée.

Conditions générales de la formation dispensée

Elle est organisée pour un effectif de 4 à 14 apprenants pour 1 intervenant.

Lieux de formation

Selon les formations, celles-ci peuvent se dérouler :

- au sein de l'une des salles du Centre d'affaires Sarcus, 9 rue Ronsard, 60180 Nogent-sur-Oise selon la disponibilité de celles-ci.
- au sein de locaux des centres de formations partenaires
- et/ou sur site, en entreprise sur l'ensemble du territoire national,

Elles sont effectuées seules ou en partenariat.

Inscription & dispositions financières

Toute inscription sera effective lorsque l'organisme de formation sera en possession de tous les documents demandés dans la demande d'inscription (voir programme) et le contrat retourné rempli, daté, signé et après avoir satisfait aux éventuels prérequis selon la formation.

L'inscription de l'apprenant doit avoir été validée au moins un mois avant la prestation de formation pour être confirmée. L'organisme de formation ne pourra s'engager à traiter ni réserver de place pour toute demande d'inscription même complète ne parvenant pas dans ce délai d'un mois avant la formation.

Si l'apprenant(e) bénéficie d'un financement par un Opérateur de Compétences (OPCO) ou tout autre financeur, il doit faire une demande de prise en charge avant le début de la prestation.

En cas de prise en charge, l'inscription n'est effective qu'après le retour de la convention signée par l'organisme de prise en charge (OPCO, entreprise...). Cette convention doit être transmise à l'organisme de formation Activ'AT au minimum 1 mois avant le début de la formation. Au-delà de ce délai, la réservation du candidat sera annulée. En effet, l'organisme de formation ne pourra s'engager à traiter dans les temps un dossier envoyé trop tardivement.

Néanmoins, celui-ci pourra éventuellement s'inscrire à la formation au titre d'un financement personnel. Auquel cas, l'inscription deviendra effective lorsque l'apprenant aura confirmé son souhait de financement personnel par le retour du contrat de formation établi entre l'organisme de formation et l'apprenant (le co-contractant) et signé par ces deux parties ainsi qu'à la réception des autres documents demandés selon les délais et modalités d'inscription cités ci-dessus. Voir aussi dans les modalités de paiement : délai légal de rétractation.

Prix et modalités de paiement

Les prix des formations sont indiqués en euros nets de taxes. Les prix indiqués comprennent la formation avec un support pédagogique hors frais de transport, d'hébergement et de restauration.

L'organisme de formation Activ'AT propose à l'apprenant le choix suivant :

- Bénéficiaire d'une demande de prise en charge pour laquelle un devis lui sera transmis afin d'entreprendre la démarche auprès de son organisme de prise en charge. Le règlement sera à effectuer par virement ou chèque.
- Financer à titre personnel la formation. Dans le cas d'un financement personnel, un contrat et un échéancier de règlement lui seront proposés. Le règlement sera à effectuer par virement, chèque ou en espèces et selon l'échéancier.

Toute formation commencée est due à l'exception d'un cas de force majeure dûment reconnu en envoyant les documents prouvant celui-ci

- soit par courrier postal en LRAR à l'adresse du siège social : Activ'AT – Angélique TOULLEC, 4 allée Pierre et Marie Curie, 60270 Gouvieux
- soit par e-mail à l'adresse : contact@activ-at.fr

L'organisme de formation Activ'AT conservera s'il ne s'agit pas d'un cas de force majeure, 50% du solde restant, à titre de dédommagement.

Spécificités pour une personne morale

A la réception de la convention signée, l'inscription est validée, une facture avec la mention acquittée est envoyée à l'issue de la formation.

Spécificités pour une personne physique

Un délai de rétractation de 10 jours est prévu à compter de la signature du contrat de formation.

En cas de rétractation, une lettre recommandée avec avis de réception doit être adressée à :

Activ'AT – Angélique TOULLEC
4 allée Pierre et Marie Curie
60270 Gouvieux

L'inscription est validée à l'issue du délai de rétractation, 10 jours après la signature du contrat et à la réception du contrat signé par la personne physique avec un acompte de 30% de la somme totale due. En cas d'absence de ces documents, l'organisme de formation Activ'AT se réserve le droit de refuser votre inscription.

Le solde sera à régler à la charge de l'apprenant, selon un échéancier établi. Quelle que soit la nature du financeur, le solde de l'échéancier ne pourra être réglé au-delà d'un mois après la fin de la formation.

Conditions d'annulation et de report de la formation

Toute annulation ou demande de report doit faire l'objet d'une notification par e-mail à l'adresse : contact@activ-at.fr

- Toute annulation au-delà de 30 jours calendaires avant la formation donnera lieu à un remboursement intégral de l'acompte
- Toute annulation survenant moins de 30 jours calendaires avant la formation ne donnera lieu à aucun remboursement de l'acompte

La demande de report de sa participation à une formation peut être effectuée par l'apprenant ou son donneur d'ordre, à condition d'adresser une demande écrite à l'organisme de formation dans un délai de 30 jours avant la date de la formation. Celle-ci n'entraînera pas de pénalités si ce délai est respecté.

Pour tout report survenant moins de 30 jours calendaires avant la formation, l'acompte de 30% sera conservé jusqu'au report effectif de l'inscription à la formation. Celui-ci sera encaissé au maximum un an après la date de rédaction du chèque d'acompte ou de réception de l'acompte si l'apprenant ne s'est pas réinscrit de manière effective au cours de l'année.

Convocations

Une fois l'inscription validée, l'organisme de formation Activ'AT enverra une convocation avec les informations pratiques dans les 15 jours qui précèdent la formation.

Programme des formations

S'il le juge nécessaire, l'intervenant pourra modifier les contenus des formations suivant la dynamique de groupe ou le niveau des participants. Les contenus des programmes figurant sur le site internet ou sur les supports de communication ne sont ainsi fournis qu'à titre indicatif.

Interruption de la formation

En cas d'interruption ou d'annulation pour force majeure dûment reconnue et ayant apporté la preuve de celle-ci à l'organisme de formation, le bénéficiaire pourra reprendre ou continuer sa formation dans une autre session sans coûts supplémentaires ou bien rompre le contrat. En cas de rupture du contrat, seules les prestations effectivement dispensées sont dues en proportion de leur valeur prévue au contrat ou dans la convention.

Dans ce cas, le bénéficiaire devra informer par lettre recommandée l'organisme de formation Activ'AT (voir l'adresse du siège social cité plus haut dans les modalités de paiement) dans les plus brefs délais dès la survenance de l'événement de force majeure en rappelant les circonstances rencontrées.

Le contrat sera considéré comme rompu dès que l'organisme de formation Activ'AT aura dûment constaté et accepté le cas de force majeure.

En cas d'abandon de la formation par l'apprenant pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le présent contrat est résilié selon les modalités financières citées ci-dessus : l'organisme de formation Activ'AT conservera 50% du solde restant, à titre de dédommagement.

Lien explication cas de force majeure : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F33790>

En cas d'inexécution de ses obligations suite à un événement fortuit ou à un cas de force majeure, l'organisme de formation Activ'AT ne pourra être tenu responsable à l'égard des apprenants ou des donneurs d'ordre. Ces derniers en seront informés par mail au plus tôt.

Absence à une session ou un module

Toute absence à un des modules devra être signalée par mail ou courrier accompagné d'un justificatif légal dans les plus brefs délais.

Il sera donc proposé à l'apprenant de rattraper cette session ou ce module lors d'une prochaine formation.

Si le justificatif légal a bien été réceptionné et validé par l'organisme de formation Activ'AT mais que l'apprenant ne peut rattraper cette session lors d'une prochaine formation, les journées d'absence ne seront pas comptabilisées dans le montant total dû.

Si l'apprenant ne fournit aucun justificatif légal d'absence, l'organisme de formation se réserve le droit de facturer ses journées d'absence.

Propriété intellectuelle et droit d'auteur

Les supports de formation, quelle qu'en soit la forme (papier, numérique, électronique...), sont protégés par la propriété intellectuelle et le droit d'auteur. Leur reproduction, partielle ou totale, ne peut être effectuée sans l'accord exprès de la représentante légale (Angélique Toullec) de l'organisme de formation Activ'AT. L'apprenant s'engage à ne pas utiliser, transmettre ou reproduire tout ou partie de ces documents en vue de l'organisation ou de l'animation de formations ou d'ateliers.

Informatique et libertés

Les informations à caractère personnel communiquées par l'apprenant, le prescripteur ou donneur d'ordre à l'organisme de formation Activ'AT sont utiles pour le traitement de l'inscription ainsi que pour la constitution d'un fichier des apprenants pour des prospections commerciales. Suivant la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978, le client (ici l'apprenant) dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition des données personnelles le concernant.

Loi applicable et attribution de compétence en cas de différend

Les présentes Conditions Générales de Vente sont encadrées par la loi française. En cas de litige, de contestation ou de différend, la recherche d'une solution à l'amiable sera privilégiée. À défaut, le tribunal de Grande Instance de Senlis sera seul compétent pour régler le litige.

Conditions Générales de Vente - Prestations

1- Généralités

Les présentes conditions générales de vente (CGV) s'appliquent, sans restriction ni réserve, à l'ensemble des prestations de services (ci-après les « Prestations ») proposées par « Activ'AT », micro-entreprise en nom propre d'Angélique TOULLEC sous le numéro SIREN 538 885 872 , et ce, à l'ensemble de ses clients, quel que soit leur statut ou qualité. En conséquence, la passation d'une commande par un client pour la réalisation d'une prestation proposée sur le site internet www.activ-at.fr emporte l'adhésion de ces derniers et leur acceptation, sans réserve, aux présentes CGV sauf accord particulier préalablement convenu par écrit entre les parties. La vente ne sera parfaite qu'après l'acceptation expresse par tout moyen écrit de la commande par « Activ'AT ».

« Activ'AT » se réserve le droit de modifier à tout moment les présentes CGV, étant précisé que les modifications seront applicables aux seules commandes passées en suite de l'entrée en vigueur desdites modifications.

Tout autre document que les présentes CGV et notamment les publicités, prospectus, flyers...n'a qu'une valeur informative de l'activité proposée par « Activ'AT » et est non contractuel.

2- Caractéristiques générales des Prestations de bien-être

La finalité de l'activité de « Activ'AT » réalisée par Angélique TOULLEC est exclusivement le bien-être de la personne. Conformément à la législation en vigueur, les massages et séances bien-être pratiqués par Angélique TOULLEC en l'absence de diagnostic et de traitement thérapeutique, ne s'apparentent en rien, ni dans les contenus ni dans les objectifs, à la pratique de la masso-kinésithérapie, ainsi qu'à toute pratique médicale, thérapeutique ou encore sportive. Il s'agit de techniques manuelles de bien-être et de relaxation uniquement. Sont également exclues de l'activité de « Activ'AT », toutes prestations à caractère érotique ou sexuel. Tout comportement déplacé envers Angélique TOULLEC pourra faire l'objet de poursuite judiciaire.

Les Prestations proposées par « Activ'AT » sont disponibles sur le site internet www.activ-at.fr. Angélique TOULLEC, se réserve la possibilité d'y apporter à tout moment, les améliorations et les modifications qu'elle jugerait utile sans être tenue cependant de les apporter aux prestations déjà effectuées, ou en cours de commande.

3- Conditions de réalisation des Prestations de bien-être

« Activ'AT » n'intervient que sur rendez-vous à son domicile à Gouvieux, à l'institut Beauté 5, en hôtels avec lesquels un partenariat a été établi, à domicile, en milieu professionnel, en milieu de loisirs ou des sports, ou dans tous lieux recevant du public (cadres évènementiels, salons, congrès...).

Les prestations sont proposées sur rendez-vous du lundi au vendredi et ponctuellement le samedi et le dimanche en fonction de la demande aux dates et lieux fixés d'un commun accord entre le client et « Activ'AT ».

Dans le cas d'un déplacement, le client s'engage à mettre à disposition de « Activ'AT » un espace (minimum 5 m2 en cas d'intervention en massage assis et 10 m2 dans les autres cas) dont les conditions d'hygiène, de calme et de sécurité sont compatibles avec la réalisation d'une prestation de pratique manuelle de bien-être telle que proposée par Angélique Toullec.

Lors des séances de pratiques manuelles de bien-être, « Activ'AT » met à la disposition du client tout le matériel professionnel nécessaire (table ou chaise de massage, linge de protection, serviettes, huiles de massages, musique d'accompagnement, produits hygiéniques,...).

La prise de rendez-vous se fera par internet sur le calendrier en ligne, par téléphone, par mail ou par formulaire de contact. Toutes les coordonnées nécessaires à la prise de rendez-vous sont disponibles sur le site internet www.activ-at.fr

La durée des prestations indiqués sur le site internet ne tient pas compte du temps d'installation du matériel, d'habillage et de déshabillage, c'est pourquoi il est recommandé de prévoir 20 à 30 minutes supplémentaires en sus du temps indiqué pour la prestation.

4- Les contre-indications aux techniques manuelles de bien-être

Chaque client devra se conformer aux conseils et aux recommandations de « Activ'AT » notamment au niveau des contre-indications aux techniques manuelles de bien-être.

En effet, à la lecture des présentes CGV, le client est informé et accepte qu'il est contre-indiqué de donner une prestation de technique manuelle de bien-être, sans avis médical préalable, à des personnes

souffrant, sans que cette liste soit exhaustive, de pathologies lourdes (problèmes cardiaque, insuffisance rénale, antécédent de cancer,...), de troubles nerveux (épilepsie, ...), de diabète important etc.

Il existe des contre-indications absolues : phlébite (même récente), infection, forte fièvre, fibrome ou tumeur, lors d'une chimiothérapie, à la suite d'une intervention chirurgicale majeure, problème de peau contagieux, grossesse à risque etc. Liste non exhaustive.

Enfin, il existe des restrictions relatives aux techniques manuelles de bien-être dans les cas suivants (les zones concernées étant proscrites): blessure (inflammation ou déchirure musculaire, cicatrice récente ou douloureuse, plaie), tendinite ou luxation, hernie discale, crise aiguë d'arthrose ou d'arthrite, hématomes, affections cutanées couvrantes (œdème, dermatose, eczéma infecté) ou contagieuses.

En cas d'allergies, le client s'engage à en informer « Activ'AT » au moment de la prise de rendez-vous.

En cas de grossesse, il est recommandé à la cliente de demander un avis préalable à son médecin, gynécologue ou sage-femme et d'en informer « Activ'AT » lors de la prise de rendez-vous.

Pour s'assurer que son client est apte à recevoir une technique manuelle de bien-être, Angélique TOULLEC lui fera signer un document rappelant les contre-indications (non exhaustives) lors du premier rendez-vous. Le client attestera également par sa signature qu'il n'a rien à déclarer sur son état de santé qui ne serait pas compatible avec la réalisation d'une technique manuelle de bien-être sur sa personne sans avis médical et déclare informer au préalable Angélique TOULLEC de tous changements sur son état de santé lors des prochains rendez-vous.

En conséquence, « Activ'AT » se réserve le droit de refuser à tout moment, un client dont l'état de santé ne serait pas compatible avec la réalisation d'une technique manuelle de bien-être sur sa personne sans avis médical préalable.

De même, les séances de techniques manuelles de bien-être ne seront proposées qu'aux personnes majeures, ou mineures titulaires d'une autorisation de son représentant légal (à partir de 12 ans) ou en présence de son représentant légal (en-dessous de 12 ans) à la pratique de techniques manuelles de bien-être.

5- Conditions financières

Les prix des prestations proposées sont indiqués en euros sur le site www.activ-at.fr.

« Activ'AT » n'est pas soumis à la Taxe sur la Valeur

Ajoutée (TVA) conformément à l'article 293B du Code Général des Impôts, les prix mentionnés sur le site internet sont donc indiqués sans TVA. Dans l'hypothèse où « Activ'AT » deviendrait soumis à la TVA, les tarifs affichés sur le site seront réajustés en conséquence et applicables à toute commande passée suivant la date de son assujettissement.

« Activ'AT » se réserve également le droit de modifier ses prix à tout moment, étant précisé que les prestations seront facturées sur la base des tarifs en vigueur au moment de la réservation du rendez-vous.

5-1. Dans le cadre d'une prestation à domicile ou pour toute prestation réalisée sans contrat écrit au préalable entre les parties ou devis signé valant bon de commande.

Le paiement de la prestation devra se faire par chèque ou en espèce au début ou en fin de rendez-vous le jour-même.

En cas d'annulation de rendez-vous, le client devra le faire par mail au moins 24h avant ce dernier. Tout rendez-vous non annulé dans ce délai pourra faire l'objet d'une facturation.

5-2. Les « Bons cadeaux »

Le client a la possibilité d'acheter un « bon cadeau » pour un tiers bénéficiaire sur simple commande par téléphone ou par e-mail (l'ensemble des coordonnées figurant sur le site internet www.activ-at.fr). Pour cela, « Activ'AT » devra être informée de la prestation ou des prestations souhaitées ou bien de la valeur du « bon cadeau » laissant ainsi le choix au tiers bénéficiaire de la prestation désirée, du nom et prénom du client, de ses coordonnées téléphoniques, de son adresse postale complète (à défaut, « Activ'AT » ne pourra être tenue pour responsable du défaut de livraison) ainsi que le nom et prénom du tiers bénéficiaire.

Ce n'est uniquement qu'après réception du paiement (par chèque ou par espèce) du client que le « bon cadeau » lui sera envoyé par courrier postal (aucun frais supplémentaire ne sera facturé pour l'envoi). L'encaissement sera effectué dans les deux semaines suivant l'envoi du bon cadeau. Le tiers bénéficiaire pourra alors prendre rendez-vous avec « Activ'AT » en indiquant le code mentionné sur le « bon cadeau ».

Un délai de rétractation de 14 jours ouvrables à compter de la réception du paiement du client est prévu sans justificatif ni pénalité. Pour donner lieu à remboursement, la prestation ne doit pas avoir été effectuée et le « bon cadeau » original devra être renvoyé par voie postale dans ce délai de 14 jours à l'adresse suivante : Activ'AT – Angélique TOULLEC – 4 allée Pierre et Marie Curie – 60270 GOUVIEUX.

« Activ'AT » procèdera au remboursement des sommes versées par le client dans un délai maximum de 30 (trente) jours à compter de la réception du « bon cadeau » original.

Le « bon cadeau » est valable 3 mois à compter de sa date d'achat. Il ne sera ni remplacé, ni remboursé en cas de perte, de vol, ou de fin de validité. Dans le cadre d'un « bon cadeau », le rendez-vous fixé pourra être annulé et modifié sans frais supplémentaire, une seule fois si la personne prévient « Activ'AT » uniquement par mail au moins 24h avant la date prévue initialement. Dans le cas contraire, aucun remboursement ne pourra avoir lieu et le « bon cadeau » n'aura plus de validité.

5-3. Les prestations nécessitant un devis personnalisé (événementiels, salons, congrès, ...) et qui ne font pas l'objet d'un contrat cadre de fourniture de prestations de services entre les parties

Le devis est valable un mois à partir de la date d'émission de celui-ci.

Le devis et les CGV signés par le client valent pour accord et bon de commande. Le devis et les CGV signés doivent être accompagnés d'un versement de 30% du montant total indiqué sur le devis. Le versement de cet acompte se fera par chèque ou virement bancaire.

Sauf délai de paiement supplémentaire convenu par accord entre les deux parties et figurant sur la facture, le solde du paiement s'effectue au comptant dans un délai maximal d'un mois (30 jours) suivant la date d'émission de la facture, par chèque ou virement bancaire. En cas de retard de paiement, une pénalité fixée à 10% du montant de la facture, par mois de retard entamé, est exigible sans qu'un rappel ne soit nécessaire, dès le jour suivant la date limite de règlement.

Conformément aux articles L441-1 et L 441-10 du Code de commerce, tout retard de paiement entraîne de plein droit, outre les pénalités de retard, une obligation pour le débiteur de payer une indemnité forfaitaire de 40 € pour frais de recouvrement.

Une indemnité complémentaire pourra être réclamée, sur justificatifs, lorsque les frais de recouvrement exposés sont supérieurs au montant de l'indemnité forfaitaire.

Toute demande de report ou d'annulation par le client devra parvenir à « Activ'AT » au moins 15 (quinze) jours ouvrables avant la date fixée. A défaut, « Activ'AT », sera en droit de facturer, à titre d'indemnité, 50 (cinquante) pourcent du montant total de la facture, avant déduction de l'acompte perçu.

Si l'annulation intervient dans les 7 (sept) jours ouvrables avant la date fixée, « Activ'AT », sera en droit

de facturer, à titre d'indemnité, 75 (soixante-quinze) pourcent du montant total de la facture, avant déduction de l'acompte perçu.

En cas d'annulation sur place ou la veille, l'indemnité sera de 100 (cent) pourcent du montant de la prestation prévue.

En cas d'annulation à l'initiative de « Activ'AT » et si aucune date de remplacement n'est convenue, celle-ci remboursera au client l'acompte perçu dans un délai maximal de 8 (huit) jours.

En cas d'inexécution de l'évènement de la part du client ou de la non-faisabilité de la prestation par « Activ'AT » suite à un événement fortuit ou à un cas de force majeure, ni le client ni « Activ'AT » ne pourront être tenus responsable à l'égard du client, du donneur d'ordre ou du prestataire de services « Activ'AT ». A cet effet, le cas de force majeure concernant la prestation prévue en date du devis et non effectuée devra dûment être constaté et accepté comme tel et des éléments de preuves donnés par l'une partie ou l'autre des parties. Aucun paiement ou dédommagement ne pourra être réclamé par l'une ou l'autre des parties.

Lien explication cas de force majeure : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F33790>

6 – Incapacité de travail

En cas d'incapacité physique temporaire, par suite de maladie ou d'accident de Angélique TOULLEC, « Activ'AT » se réserve le droit de replanifier de nouvelles dates d'interventions en concertation avec le client sans qu'il ne puisse être exigé par ce dernier de versement d'indemnité. En cas d'incapacité physique permanente de la praticienne, tout type de contrat ou d'engagement avec les clients de « Activ'AT » seront résiliés de plein droit sans qu'il ne puisse être réclamé à « Activ'AT » une indemnité compensatrice. Les acomptes perçus seront restitués au client dans un délai maximal de 8 (huit) jours suivant la résiliation du contrat.

7 – Lieu d'intervention

« Activ'AT » déploie son activité, avec un montant forfaitaire de 10 euros supplémentaires par rapport au prix indiqué, dans une limite de 20 kms autour de Gouvieux. Au-delà, et sauf accord entre les parties, des frais de déplacement seront facturés en sus des prix indiqués sur le site internet (et du montant forfaitaire de 10 euros pour déplacement) sur la base des frais kilomètres en vigueur et s'il y a lieu, d'une estimation des frais de parking.

Des déplacements ponctuels à travers la France sont également possibles, sur demande particulière.

8 – Loi applicable et juridiction compétente

Les présentes CGV sont soumises à la législation française. En cas de litiges les parties s'engagent à rechercher une solution à l'amiable avant toute action judiciaire. A défaut, tout différent survenant avec un client ayant la qualité de commerçant et qui serait lié à l'interprétation, l'exécution ou la validité des présentes CGV sera soumis à la compétence exclusive des tribunaux de Senlis. Pour l'ensemble des autres clients, ce sont les dispositions du code de procédure civile qui s'appliqueront.

9 – Propriété intellectuelle

Angélique TOULLEC est titulaire des droits de propriété intellectuelle sur tous les éléments présents visibles sur le site www.activ-at.fr, notamment : les textes, images, photos, graphismes, logo.

Toute reproduction, représentation, modification, publication, adaptation ou exploitation de tout ou partie des ressources diffusées sur le site www.activ-at.fr est interdite sur quelque support que ce soit et de quelque manière que ce soit sauf avec un accord écrit de Angélique TOULLEC.

10 – Responsabilité civile professionnelle

Angélique TOULLEC a souscrit auprès d'une compagnie notoire une assurance en responsabilité civile professionnelle et risques d'exploitation.

Il est précisé que la responsabilité de Angélique TOULLEC ne saurait être engagée en cas de dommages liés à la négligence d'un client, en particulier s'il n'a pas révélé à Angélique TOULLEC l'existence de contre-indications l'affectant, que ce soit lors de la signature du document d'information visant à l'alerter des contre-indications applicables, ou des rendez-vous ultérieurs en cas de modifications de son état de santé personnel.