

GRAINE DE MASSAGE

INFORMATIONS PRATIQUES



CENTRE DE FORMATION
PROFESSIONNELLE AGREE 11 9107030

Référentiel National Qualité

Audité par

BUREAU VERITAS
Certification



Qualiopi
processus certifié

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

32 route de Lieusaint - 91250 Tigery

RCS 5305974000015

NOUS CONTACTER :



32 route de Lieusaint - 91250 Tigery



06.61.09.04.30 ou 0647.15.37.03

www.grainedemassage.com



grainedemassage@gmail.com

@grainedemassage



Venir au centre



Graine de massage est situé dans un corps de ferme sans visibilité sur la rue/route, aussi, pour trouver le centre facilement, suivez les panneaux "médecins, police municipale, médiathèque ou maison des associations".

Nous sommes au 1er étage de la maison des associations



En voiture :

- N104 sortie "Tigery" ou
- N6 sortie RD33 puis sortie Tigery

Pour se garer :

- Parking du Silo (salle de spectacle (gratuit))
- Dans le village de nombreuses places sont disponibles (gratuit).

En transport depuis Paris (gare du Nord, gare de Lyon ou gare de Chatelet):

Ligne RER D direction Melun via Combs la Ville descendre à Brunoy.

Prendre le **bus Albatrans : 91-01** Val d'Yerres- Evry, jusqu'à tigery descendre à la Station : **Le Clos** (devant l'école)

Remonter le chemin piétonnier... environ 400m soit 7 minutes (voir page ci-après)

Vous trouverez les horaires des bus sur
www.albatrans.net

**Attention : pas de bus le dimanche ou jours fériés
(privilégiez le taxi ou uber)**

venir à pied



Arrêt de bus « Le clos—Tigery »



Prendre le chemin entre le centre de loisirs et l'école



Centre de loisirs



Chemin entre l'école et le centre de loisirs, prendre le chemin de gauche



Puis prendre sur le chemin de droite



Continuez jusqu'au bout du chemin



DEPUIS

arrêt de bus 91.01

STATION "LE CLOS"



Prendre le petit chemin jusqu'à la ferme du plessis



Ferme du Plessis—Graine de Massage



Centre de formation
Graine de massage

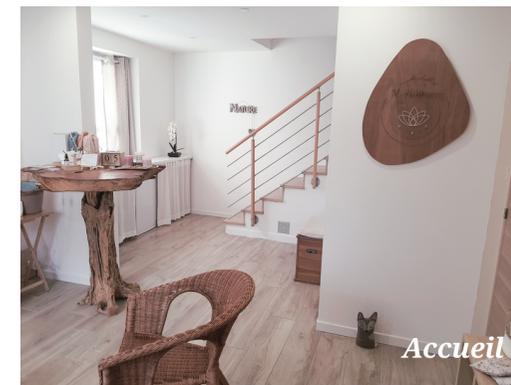
Se loger chez "M'Harmonie"

Graine de Massage en partenariat avec « Chambres Harmonie » vous propose 2 chambres situées à l'étage du centre de bien-être de M'Harmonie.

Situé à 3 minutes en voiture et 10 minutes à pied du centre de formation et de tous les commerces (boulangerie, Intermarché, pharmacie).

Sur place, vous y trouverez un espace détente, un coin "cuisine" composé d'un frigo, micro-onde, vaisselle, bouilloire, cafetière dolce gusto (avec capsules), sachets de thés/infusions.

Seules les participantes à nos formations bénéficient de ces 2 chambres !



Accueil



Coin détente



chambre 1
49€



profitez de la cour



chambre plume
49€



Accès salle de bain

Réservez votre chambre dès votre inscription confirmée

06.63.73.83.39 (Marianne Mouton)

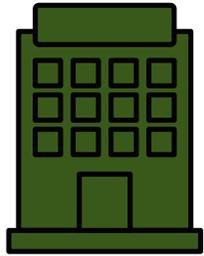
Attention :
Si vous vous rendez auprès de Chambres Harmonie en Transport en commun il n'y a pas de bus le Dimanche/jours fériés !

Privilégier le taxi ou UBER

Séjour Bien-être :

Marianne (Chambres Harmonie) vous propose également d'allier votre séjour de formation à un moment de détente en profitant de son savoir-faire en matière de massage bien-être (<https://www.m-harmonie.fr/>)

elle met également à votre disposition des poupons pédagogiques et écharpes de portage afin que vous puissiez réviser les gestes appris durant la journée si vous le souhaitez.



DÉCOUVREZ

Les logements : Vous venez en voiture

À PROXIMITÉ

Hôtels

Cit'Hôtel Design à 1.800 km (environ) - St germain lès Corbeils

Campanile à 1.800 km (environ) St germain lès Corbeils

Novotel à 3 km (environ) St Pierre du Perray

Hôtel Résid'home (à 5 km) Lieusaint / Carré Sénart

· AirBnB /Chambre d'Hôte

Chez M'Harmonie (partenaire de Graine de Massage) Tigery

"chez Anne et Fabrice" à Yerres

"La maison du Bonheur" à Saintry sur Seine

"La ferme du Villeray - Saint-Pierre-du-Perray

Pour connaître les tarifs, informations, réservation : Booking / Airbnb
D'autres logements sont disponibles autour de Tigery

Venir au centre



Je dors à l'hôtel la veille
Je ne suis pas véhiculée

En transport depuis Paris (gare du Nord, gare de Lyon ou gare de Chatelet):

Ligne RER D direction Melun via Combs la Ville descendre à **Lieusaint - Moissy**

Puis Prendre le **bus TZEN 1 - direction Corbeil** - Descendre à la station "Pointe Ringale" - St Germain les Corbeils

Logements en Hôtel à proximité :

Campanile Evry Est- Saint-Germain-lès-Corbeils

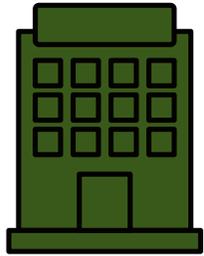
Cit'Hôtel Design - Saint-germain-lès-Corbeils

Pour venir au centre le lendemain (jour de votre formation)

Prendre le bus 7001 direction Tigery (Le clos) et descendre à la station Mairie/Plessis (Tigery) / 10 minutes de bus

Le centre de formation est au pied de la station de bus.

Vous pouvez également arrivée la veille via le bus 91.01 (voir page 3) et dormir chez M'Harmonie (voir page 5)



DÉCOUVREZ

Les logements : Vous venez en transports

À PROXIMITÉ

Attention !! Pour cet hôtel, descendre dans ce cas à la gare de Boussy-Saint-Antoine (1 station après Brunoy), 1 hôtel proche de la gare

Hotel 1ère avenue Val sénart à 300m de la gare - 91480 Boussy Saint Antoine

Le jour de votre formation, prendre le bus « Albatrans g1-01 Val d'Yerres – Direction Evry » à l'arrêt « Centre commercial » qui est situé en face du Mac Donald (demander à la réception), jusqu'à **station Le clos** à Tigery vous trouverez les horaires des bus sur www.albatrans.net, puis prendre le chemin piétonnier 7 minutes (voir page 4)



En transport depuis Paris (gare du Nord, gare de Lyon ou gare de Chatelet:

Ligne RER D direction Melun via Combs la Ville descendre à la **gare de Lieusaint - Moissy**

Puis Prendre le bus TZEN 1 - direction Corbeil - Descendre à la station "Pointe Ringale" - St Germain les Corbeils

Logements à proximité de la station de bus:

Campanile Evry Est- Saint-Germain-lès-Corbeils

Cit'Hôtel Design - Saint-germain-lès-Corbeils

Pour venir au centre le lendemain (jour de votre formation) Prendre le bus 7001 direction Tigery (Le clos) et descendre à la station Mairie/Plessis (Tigery) / Le centre de formation est au pied de la station de bus.).

Se restaurer



DÉCOUVREZ

Les restaurants

À PROXIMITÉ

Le temps du repas est un moment convivial que vous pourrez prendre ensemble pour mieux échanger, faire connaissance.

Généralement, nous proposons un temps d'1h (en fonction de l'avancé dans la formation)

Villa Florence (à 300 m)

Restaurant Italien : pizzas, pâtes, salades ...
(environ 14 euros le plat).

Le spot des Carpe Diem (à 800m)

Restaurant produits frais et maison
(environ 18 euros le plat).

Brasserie de Tigery (à 300m)

Cuisine simple : omelette, crêpes, salades, plat du jour ...
environ 8 euros le plat

2 boulangeries (à 50 m et 300m)

menu sandwich, salade, tartes ...

Intermarché (à 300m)

sandwich, salade, plat à réchauffer
micro-onde mis à disposition à l'intermarché

**Parcs, jardins à proximité (50m) pour pique-niquer.
Nous mettons à votre disposition un frigidaire et des
couverts, assiettes si besoin !**

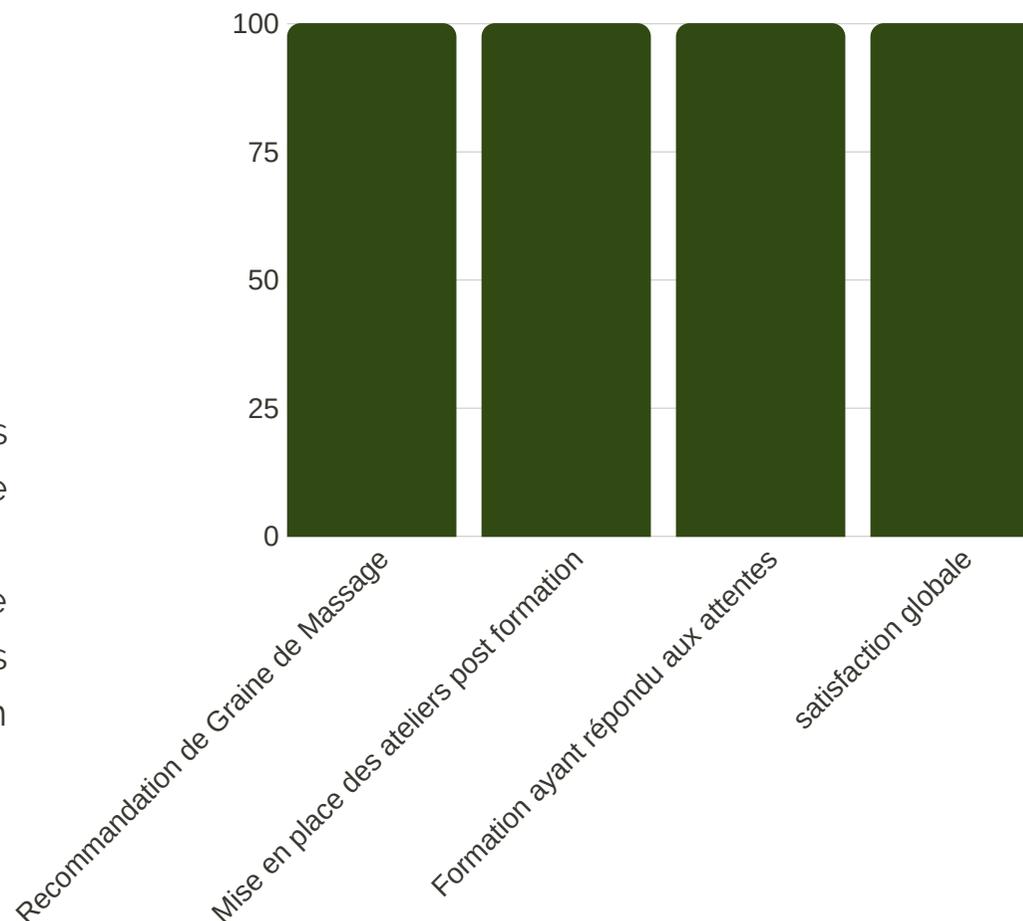
**A noter : Il n'est pas possible de déjeuner dans le
centre de formation ou la maison des associations.
(locaux municipaux) - Merci !**

satisfaction 2020 / 2021

RETOUR SUR LA SATISFACTION DE NOS PARTICIPANTES

Afin de toujours mieux répondre aux attentes de nos participants, nous faisons parvenir un questionnaire de satisfaction à chaque fin de formation.

En 2019 et 2020, plus de 300 questionnaires ont été envoyés ; Graine de Massage est l'un des seuls centres de formation à pouvoir se targuer d'avoir un taux de 100 % de satisfaction.



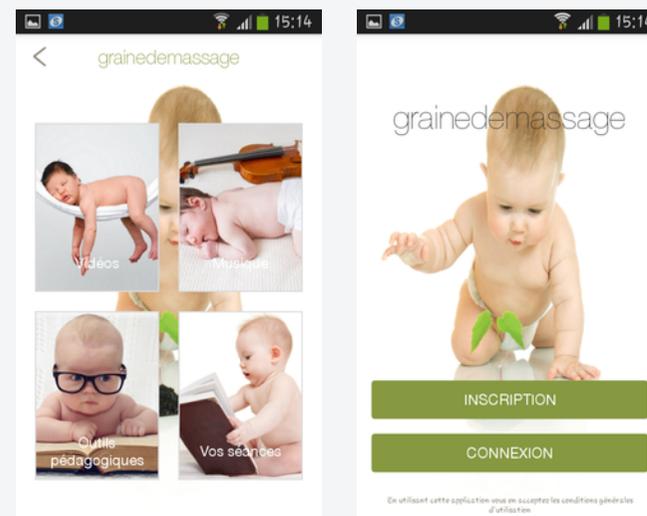
Notre application mobile/tablette

Après votre formation, vous recevrez vos identifiants sécurisés pour vous connecter à votre "espace pro", cela vous permettra de revoir en vidéos les protocoles de massage (bébé et femme enceinte), les nouages en écharpe de portage, les postures de yoga (baby et kids) mais également de pouvoir télécharger vos documents en pdf, mettre de la musique ...

Certaines de nos formations (portage, massage bébé) permettront également aux parents ayant suivis vos ateliers (avec des codes spécifiques) de pouvoir avoir accès à une partie de l'application afin de revoir les mouvements, postures, nouages vus avec vous en atelier !

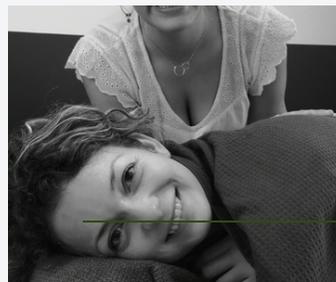
Un bel outil post-formation, facilitant la mise en pratique en développant la confiance et l'estime de soi !

Pour une mise en place rapide et en toute confiance de vos ateliers !



RESTEZ CONNECTÉ(E) !

Photos de nos formations



Nous suivre

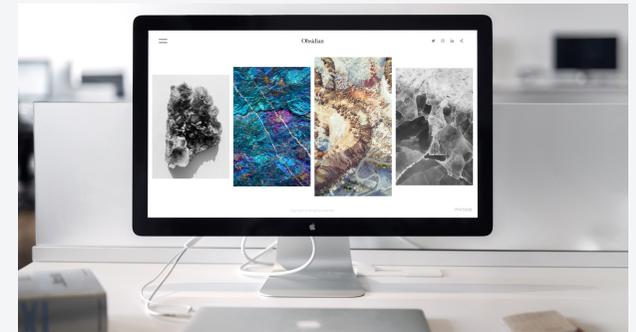
REJOIGNEZ-NOUS ET SUIVEZ NOTRE ACTUALITE SUR LES RESEAUX SOCIAUX



@grainedemassage



@grainedemassage



www.grainedemassage.com

