



Marie Decottignies

Animatrice d'ateliers bien-être

Masseuse



" Je suis entière et m'investis pleinement dans ce métier-passion qui fait sens pour moi. J'aime me mettre au service du bien-être de l'Humain par la voie du corps."

PARCOURS PROFESSIONNEL

- **depuis 2022 Masseuse en entreprise**
2 jours/semaine à Haute-Savoie Habitat (Annecy/Seynod)
- **depuis 2020 Formatrice en massage lomi lomi**
8 formations données en groupe et cours particuliers
- **depuis 2018 Masseuse bien-être**
en indépendante à l'institut Promelis
- **depuis 2017 Animatrice d'ateliers de développement personnel** en massage, automassage, danse, expression artistique, réveils corporels
- **2000-2019 Professeur d'anglais**
en collègue dans l'éducation nationale (Réunion / Thônes / Annecy)

COMPÉTENCES EN PRATIQUE

- **Respect des protocoles** de massage
- **Toucher adapté** en fonction de l'état de la personne (angoissée, stressée, molle, préoccupée, tendu, fatiguée...)
- **Massages personnalisés sur mesure** : combiner les techniques, faire appel à mon expérience, mon intuition et mon ressenti pour répondre au besoin de la personne.
- **Ecoute, empathie et accompagnement des émotions**
- **Animation d'ateliers de groupe** pour permettre de décompresser ou se centrer, et transmettre des outils pour apprendre à prendre soin de son corps et se relaxer de façon autonome.
- **Gestion des inscriptions** aux massages (formulaires, plannings)
- Travail autonome ou en équipe.

FORMATIONS

MASSAGE:

2021

- **massage californien**
- **shiatsu bien-être**
- **relaxation coréenne**
- **réflexologie plantaire**

2019

- **massage des 5 continents**
- **massage ayurvédique**

2018

- **Lomi Lomi (hawaïen)**

2017

- **massage Amma assis (type entreprise)**

PSYCHO-CORPOREL :

Depuis 2021 et jusqu'à juillet 2024

- **Relation d'aide par le toucher**
- 2017-2019
- **Neurodanse / Chakradance**
 - **Stress et travail**
 - **Gestes de premiers secours**

LANGUES :

- **ANGLAIS** (expert)
- **ESPAGNOL** (intermédiaire)

44 ans



+33 6 78 86 28 44



74 940 Annecy-le-veux
France



decottigniesmarie
@gmail.com



www.ouilavie.fr

SIRET

83 04 89 373 000 27

AVIS



CENTRES D'INTÉRÊT

la psychologie

les neurosciences

la communication non violente

les sports de plein air

la danse

Les professionnels exerçant sous label FFMBE
sont reconnus pour :

- La **qualité de leur formation.**
- Le **professionnalisme** de leur pratique.
- La **sécurité** de leur environnement juridique.
- Leur **respect du code de déontologie** des métiers du massage.



Fédération Française
de Massages Bien-être

Fondée en 2005

ATOUPS



respectueuse
souriante
engagée
réactive
chaleureuse
consciencieuse
créative
organisée
authentique
ponctuelle