



DOSSIER PROFESSIONNEL

Nom de naissance	▶ CANO
Nom d'usage	▶
Prénom	▶ Laëtitia
Adresse	▶ 100 Rue des Phocéens BP 108 84100 ORANGE

Titre professionnel visé

Cliquez ici pour entrer l'intitulé du titre professionnel visé.

MODALITE D'ACCES :

- × Parcours de formation
- ☐ Validation des Acquis de l'Expérience (VAE)

DOSSIER PROFESSIONNEL

Présentation du dossier

Le dossier professionnel (DP) constitue un élément du système de validation du titre professionnel. **Ce titre est délivré par le Ministère chargé de l'emploi.**

Le DP appartient au candidat. Il le conserve, l'actualise durant son parcours et le présente **obligatoirement à chaque session d'examen.**

Pour rédiger le DP, le candidat peut être aidé par un formateur ou par un accompagnateur VAE.

Il est consulté par le jury au moment de la session d'examen.

Pour prendre sa décision, le jury dispose :

1. des résultats de la mise en situation professionnelle complétés, éventuellement, du questionnaire professionnel ou de l'entretien professionnel ou de l'entretien technique ou du questionnement à partir de productions.
2. du **Dossier Professionnel** (DP) dans lequel le candidat a consigné les preuves de sa pratique professionnelle
3. des résultats des évaluations passées en cours de formation lorsque le candidat évalué est issu d'un parcours de formation
4. de l'entretien final (dans le cadre de la session titre).

[Arrêté du 22 décembre 2015, relatif aux conditions de délivrance des titres professionnels du ministère chargé de l'Emploi]

Ce dossier comporte :

- ▣ pour chaque activité-type du titre visé, un à trois exemples de pratique professionnelle ;
- ▣ un tableau à renseigner si le candidat souhaite porter à la connaissance du jury la détention d'un titre, d'un diplôme, d'un certificat de qualification professionnelle (CQP) ou des attestations de formation ;
- ▣ une déclaration sur l'honneur à compléter et à signer ;
- ▣ des documents illustrant la pratique professionnelle du candidat (facultatif)
- ▣ des annexes, si nécessaire.

Pour compléter ce dossier, le candidat dispose d'un site web en accès libre sur le site.



<http://travail-emploi.gouv.fr/titres-professionnels>

DOSSIER PROFESSIONNEL

Sommaire

Exemples de pratique professionnelle

Intitulé de l'activité-type n° 1 Concevoir et préparer la formation	p
	.
▶ Exemple n° 1 <i>Concevoir un scénario pédagogique et d'accompagnement en intégrant la multimodalité</i>	p.6
	p.
	.
	p.
	.
Intitulé de l'activité-type n° 2 Animer une formation et évaluer les acquis des apprenants	p
	.
▶ Exemple n° 1 <i>Evaluer les acquis de formation des apprenant</i>	p.8
	p.
	p.
	.
	p.
	.
Intitulé de l'activité-type n° 3 Accompagner les apprenants en formation	
▶ Exemple n° 1 <i>Accompagner le développement professionnel des apprenants</i>	p.12
Intitulé de l'activité-type n° 4 Inscrire sa pratique professionnelle dans une démarche de qualité et de responsabilité sociale des entreprises	
▶ Exemple n° 1 <i>Analyser ses pratiques professionnelles</i>	p.15
Titres, diplômes, CQP, attestations de formation (facultatif)	p.18
Déclaration sur l'honneur	p.20
Documents illustrant la pratique professionnelle (facultatif)	p.
Annexes (Si le RC le prévoit)	p.

DOSSIER PROFESSIONNEL

EXEMPLES DE PRATIQUE PROFESSIONNELLE

DOSSIER PROFESSIONNEL

Activité-type 1 Concevoir et préparer la formation

Exemple n°1 ► *Concevoir un scénario pédagogique et d'accompagnement en intégrant la multimodalité*

1. Décrivez les tâches ou opérations que vous avez effectuées, et dans quelles conditions :

Lors de ma formation TPFPA au sein du centre de formation Optim'hum, le directeur du centre Nicolas GALAS m'a fait la demande de créer une formation sur la diminution du stress. Celle-ci s'adresse à des apprenants en secrétariat et comptabilité, qui allaient passer devant un jury la semaine suivante, afin de valider leur certification.

Dans le cadre de mon action de formation dédiée à la diminution du stress et favoriser l'ancrage des apprentissages, j'ai intégré une approche multimodale, avec une alternance de différentes méthodes. Avec des apports théoriques, couplés à une approche expérientielle afin de renforcer l'appropriation des outils de relaxation, par l'expérience vécue. Le but étant de les mener à développer leur autonomie, grâce à un état de détente et une sensation de diminution instantanée du stress, durant la formation.

La formation se déroule en présentiel, en modalité synchrone, tout en intégrant différentes approches pédagogiques. Il me sera essentiel dans la phase d'accueil et de diagnostic de recueillir le plus d'informations possibles, par une méthode interrogative, quant au niveau de stress des apprenants et leurs réactions possibles face au stress, afin d'adapter mes outils de mise en situation pratique du groupe, tout en prenant en compte l'individualité des apprenants.

Afin de voir l'évolution pédagogique du vécu de chaque personne, je notifierai en début de formation, les sensations corporelles et psychologiques des apprenants, reliées au stress, sur un paperboard.

J'ai créé un support visuel de type PowerPoint, afin de présenter par une méthode démonstrative, de manière vulgarisée, dans l'optique de simplifier un sujet qui peut paraître complexe, le système nerveux et le nerf vague que nous allons stimuler par une mise en situation pratique corporelle. J'y présenterai les réactions possibles face au stress, pour finir par les bienfaits de la stimulation du nerf vague dans la relaxation et la diminution du stress, qui sont aujourd'hui, prouvées scientifiquement.

L'objectif n'est pas uniquement la compréhension des mécanismes du stress, mais surtout la capacité à utiliser de manière autonome des techniques simples de régulation, notamment par la stimulation du nerf vague, pour une action sur le système nerveux.

Afin que mon support soit attractif, j'y ai intégré une vidéo de musique sur 2 slides, pour accompagner l'expérience corporelle, dans l'espace de la pièce de formation. Pour maintenir l'attention et favoriser l'appropriation du contenu, ces apports sont rendus interactifs par des échanges, des questionnements, des exemples concrets et se poursuivent par la mise en pratique corporelle.

Les apprenants sont invités à verbaliser leurs ressentis, à partager leurs expériences et à identifier les bénéfices perçus, en fin de formation. Je prendrai le temps de les notifier sur le paperboard afin de voir l'évolution de leurs ressentis, après l'expérience vécue. Ce temps d'échange favorise la prise de conscience, la consolidation des apprentissages et la dynamique de groupe. Cela permet une analyse réflexive des apprenants par cette approche expérientielle.

Cette approche se révèle pertinente, car elle mobilise à la fois les dimensions cognitives, émotionnelles, corporelles et sensorielles, puisque l'on mobilise tous les sens, ce qui facilite les apprentissages et favorise sa mémorisation.

2. Précisez les moyens utilisés :

DOSSIER PROFESSIONNEL

J'ai utilisé une salle avec des chaises et des tables. J'ai poussé les chaises et tables afin d'avoir un espace pour se mouvoir librement lors de la pratique d'exercices de relaxation. J'ai retransmis mon Power Point par un vidéoprojecteur. J'ai notifié les ressentis des apprenants, sur un paperboard, avec des feutres.

3. Avec qui avez-vous travaillé ?

J'ai travaillé sur ce projet de formation en tenant compte de la demande du directeur face aux attentes des apprenants. Je l'ai animé seule.

4. Contexte

Nom de l'entreprise, organisme ou association ▶	Optim'hum
---	-----------

Chantier, atelier, service ▶	
------------------------------	--

Période d'exercice ▶	13/02/2026
----------------------	------------

5. Informations complémentaires (facultatif)

DOSSIER PROFESSIONNEL

Activité-type 2 Animer une formation et évaluer les acquis des apprenants

Exemple n°1 ▶ *Évaluer les acquis de formation des apprenants*

1. Décrivez les tâches ou opérations que vous avez effectuées, et dans quelles conditions :

Lors de ma 2^{ème} animation de formation au sein du centre de formation Optim'hum, je recevais un public en fin de formation comptabilité et secrétariat. Il devait y avoir environ 8 personnes pour cette animation en sachant qu'elles allaient passer devant un jury pour valider leur certification une semaine plus tard.

Finalement, il n'y aura seulement que 4 apprenantes et la secrétaire du centre de formation Optim'hum qui nous a rejoint.

L'objectif est de détendre ce groupe de 5 personnes et leur permettre d'expérimenter dans leur corps un lâcher-prise du stress, par des exercices de relaxation simples et accessibles à tout un chacun, qu'elles seront en capacité de reproduire en autonomie.

Il y a une interrogation importante qui m'est venue, durant l'élaboration des séquences, sur le fait d'inviter les stagiaires à évoquer leur intériorité face au stress, en présence du groupe. Ce qui les oblige à une introspection corporelle et psychologique, ce qui peut relever de l'intime pour certains, et aussi de la difficulté à pouvoir l'exposer et l'exprimer, face au groupe.

C'est pour cela que l'étape de l'évaluation, en début de formation avec l'accueil et le diagnostic, est tout autant essentielle que l'évaluation finale. Elle me permet de situer les apprenants, en considérant l'altérité de chacun, afin de les accueillir à un moment « T » de leur vie, en les guidant vers la mobilisation de leurs ressources, sans les braquer, tout en tenant compte du groupe à animer.

J'ai pu constater que le fait de notifier les ressentis des apprenants en début et fin de séquence, sur un paperboard, pouvaient les aider à visualiser les progressions d'acquis de cette formation et aussi, les sensations et ressentis qui avaient pu se modifier, vers une diminution du stress et un mieux-être, au-delà même des attentes de certains stagiaires. Ce qui favorise la motivation à les rendre autonomes dans l'appropriation des outils de relaxation et leur reproduction.

En plus des échanges constructifs sur l'état émotionnel et corporel des apprenants tout au long de la formation, j'ai choisi de distribuer les questionnaires que je vous présente ci-dessous, afin de respecter l'intimité des apprenants, à l'évocation de leur intériorité et de leur liberté de parole.

Ces questionnaires me permettent une analyse réflexive sur les formations que je dispense, et m'aide à les enrichir.

Questionnaire d'évaluation de la formation :

Expérimenter des outils pratiques pour stimuler le nerf vague

Afin de relâcher le stress en autonomie

Evaluation du contenu et de la mise en pratique :

Cochez les cases en fonction de vos ressentis :

- **L'équilibre entre la théorie et la pratique vous paraît-il satisfaisant ?**
 - ☐ Trop de théorie
 - ☐ Bon équilibre
 - ☐ Trop de pratique
- **La progressivité des exercices vous a-t-elle semblé logique ?**
 - ☐ Oui, tout à fait

DOSSIER PROFESSIONNEL

- ☐ Moyennement
- ☐ Non, c'était trop compliqué
- **L'outil fourni (support) vous semble-t-il utile pour votre pratique future ?**
 - ☐ Très utile
 - ☐ Utile
 - ☐ Peu utile
- **Quelle technique avez-vous trouvée la plus efficace pour vous ?**
 - ☐ Shaking
 - ☐ Do-In (auto-massage, stimulation du nerf vague)
 - ☐ Respirations
- **Avez-vous ressenti des difficultés particulières durant les exercices ?**
 - ☐ Oui
 - ☐ Non
- **Est-ce que vous recommanderiez cette formation ?**
 - ☐ Oui
 - ☐ Non
- **Avez-vous acquis des connaissances ou compétences lors cette formation ?**
 - ☐ Oui
 - ☐ Non

Vos ressentis personnels sur l'expérience vécue :

Cette partie concerne votre état intérieur avant et après la séance

- **Comment évaluez-vous votre niveau de détente après cette formation ?**
 - ☐ (0 = Très stressé, 10 = Totalement relaxé) : ____ / 10
- **Est-ce que la formation a correspondu à vos attentes ?**
 - ☐ Oui
 - ☐ Non
 - ☐ Si non, précisez

Réponse : _____

Votre avis général et vos suggestions :

- **Selon vous, quel est le point fort de cette formation ?**

Réponse : _____

- **Quelle amélioration permettrait de rendre l'expérience encore plus bénéfique ?**

Réponse : _____

- **Pensez-vous en toute transparence que vous allez reproduire certains exercices en autonomie :**

DOSSIER PROFESSIONNEL

Réponse : _____

- **Suggestions libres :**

Réponse : _____

2. Précisez les moyens utilisés :

J'ai utilisé une salle avec des chaises et des tables. J'ai poussé les chaises et tables afin d'avoir un espace pour se mouvoir librement lors de la pratique d'exercices de relaxation. J'ai retransmis mon Power Point par un vidéoprojecteur. J'ai notifié les ressentis des apprenants, sur un paperboard, avec des feutres.

Questionnaires papiers individuels remis en fin de formation aux apprenants.

DOSSIER PROFESSIONNEL

3. Avec qui avez-vous travaillé ?

J'ai travaillé seule sur l'animation de formation.

4. Contexte

Nom de l'entreprise, organisme ou association ▶ Optim'hum

Chantier, atelier, service ▶

Période d'exercice ▶ 13/02/2026

5. Informations complémentaires (facultatif)

DOSSIER PROFESSIONNEL

Activité-type 3 Accompagner les apprenants en formation

Exemple n°1 ► *Accompagner le développement professionnel des apprenants*

1. Décrivez les tâches ou opérations que vous avez effectuées, et dans quelles conditions :

J'ai eu un cabinet durant 15 ans sur Orange, où j'exerçais mon métier de masseuse, de thérapeute en techniques psychocorporelles, avec différentes techniques et approches (thérapie brève solutionniste expérientielle...), et mon activité de formatrice sur différentes techniques de « massages du monde ».

Alicia m'a contacté afin de lui dispenser une formation individuelle sur une technique de massage ainsi qu'un perfectionnement sur une technique de soin du visage. Je l'ai reçu à mon cabinet afin que l'on puisse cocréer ensemble cette formation et convenir des modalités. Elle n'a jamais pratiqué de massage et n'a pas encore d'idée de la technique qu'elle souhaite apprendre en premier. De ce fait, je lui recommande de débiter cette activité de masseuse, par la formation du massage Californien, puisqu'il est, à mon sens, la technique de base de tout massage. Par son manque d'assurance, Alicia me décrit qu'elle ne se serait jamais sentie d'apprendre des techniques de massages en groupe. Concernant la technique du soin du visage, elle me paraît facile à assimiler, car Alicia pratique déjà ces soins, sa demande ici est accès sur du perfectionnement et l'apport d'un regard différent des techniques qu'elle pratique depuis plusieurs années.

Il m'a été important de spécifier à Alicia que ma façon de former sur la pratique du massage Californien, est, qu'elle reçoive ce soin en début et fin de formation (si elle l'accepte, bien sûr). Je lui explique que cette approche pédagogique aura été la meilleure dans tous les apprentissages que j'ai pu vivre, concernant les techniques de massages, que ce soit en France, Thaïlande ou Bali. Cette pratique n'existe pas, c'est à ma demande, en Thaïlande, lors de ma 1^{ère} formation, concernant le massage Thaï traditionnel, que j'ai voulu vivre cette expérience extraordinaire d'apprentissage.

A mon sens, c'est un avantage pour l'apprenant de ressentir le soin dans son corps, avant et après son apprentissage et un atout pour le formateur de le proposer.

Vivre, ressentir les sensations corporelles d'une technique que l'on s'apprête à apprendre, permet d'appréhender et percevoir la notion globale de ce soin, son fil conducteur et ses bienfaits, pour une meilleure assimilation de la pratique afin de favoriser son intégration et donc sa transmission.

Alicia était ravie de découvrir cette approche de formation.

Lors de cette formation, en plus de donner des apports théoriques et pratiques sur la technique du massage et du soin visage, j'ai pu transmettre à Alicia tout ce dont j'avais appris durant mon expérience de masseuse. Cela pouvait aller de la posture du masseur à la notion de respect, du client et de soi.

Après avoir transmis cette formation à Alicia, nous avons convenu d'un suivi par un rendez-vous où je me rendrais dans son cabinet de soins, afin de recevoir le massage Californien qu'Alicia venait d'apprendre. Le fait de vivre le soin m'aura permis de lui faire un retour instantané sur mes ressentis, face à sa posture, la pression qu'elle exerce dans son soin et si elle « incarnait » son soin. Ce qui a permis à Alicia d'ajuster son soin et de renforcer la confiance en sa pratique.

2. Précisez les moyens utilisés :

DOSSIER PROFESSIONNEL

J'ai transmis cette formation dans mon cabinet professionnel, dans mon bureau puis sur la table de massages dans ma salle de soins. J'ai fourni un protocole écrit de la technique du massage Californien.

DOSSIER PROFESSIONNEL

3. Avec qui avez-vous travaillé ?

J'ai formé Alicia en tant qu'intervenante, grâce à un partenariat avec l'organisme de formation NG Formations sur Orange. J'ai dispensé seule cette formation.

4. Contexte

Nom de l'entreprise, organisme ou association ▶ Laëtitia CANO

Chantier, atelier, service ▶

Période d'exercice ▶ Du 26 au 30 juin 2023

5. Informations complémentaires (facultatif)

DOSSIER PROFESSIONNEL

Activité-type 4 Inscrire sa pratique professionnelle dans une démarche de qualité et de responsabilité sociale des entreprises

Exemple n°1 ▶ Analyser ses pratiques professionnelles

1. Décrivez les tâches ou opérations que vous avez effectuées, et dans quelles conditions :

En décembre 2023, j'ai dû cesser d'exercer mon métier de masseuse dans mon cabinet professionnel, suite à des soucis de santé, ayant des kystes aux poignets.

Après plusieurs mois de recherche, j'ai légué ma clientèle avec mon fichier clients à 2 dames, Elodie et Valérie. Elodie avait un cabinet de massages sur Courthézon, et désormais, elle exerce à domicile, car elle cumule cette activité avec une autre, à temps complet. Valérie, a un cabinet de soins sur Mornas.

Avant de leur céder ma clientèle, j'avais pris le temps de recevoir un massage de chacune, afin de ressentir dans mon corps, leur approche et leur bon soin.

Pour Elodie, comme c'est une deuxième activité et qu'elle est débordée avec son activité principale, elle exerce peu en massages.

Valérie, était une cliente, donc elle connaissait ma façon de travailler et l'éthique professionnelle que j'avais. Nous nous voyons régulièrement et faisons le point sur « mes » clients. Quand Valérie s'apprête à recevoir un de mes clients, elle m'en informe et je lui dis tout ce qu'il est nécessaire de savoir, afin qu'elle puisse s'adapter et prendre soin au mieux de nos clients.

C'est ce qui représente pour moi, une démarche de qualité et de responsabilité face à ma clientèle, que j'ai eu plaisir à prendre soin à travers mes soins, durant plus de 15 années.

De plus, Valérie admirait beaucoup ma façon de travailler, que ce soit sur les soins prodigués que sur ma conscience professionnelle. Nous nous ressemblons beaucoup professionnellement et nourrissons un lien de confiance.

J'avais expliqué à Valérie mes futurs projets professionnels, dont le fait que je souhaite former aux techniques de massages et créer une formation sur l'accompagnement à la posture du masseur.

Valérie a voulu que je la forme sur des points qu'elle estimait devoir améliorer. Nous avons donc convenu d'un rendez-vous, sa fille lui servait de modèle. Valérie avait prévu une multitude de questions sur un papier et nous avons passé une matinée à pratiquer des mouvements de techniques de massage et aborder la posture du masseur.

J'ai pris énormément de plaisir à transmettre la posture du masseur et tous les éléments qui incarnent le métier de masseur. Cela confirme ma conviction dans la transmission de mon savoir et de partager mes appréciations. Par exemple, concernant la posture de Valérie, je lui disais qu'elle devait plus « oser » le corps. C'est-à-dire qu'elle puisse incarner son massage. Je trouvais qu'elle était une excellente technicienne, mais qu'il lui manquait un peu d'audace dans sa pratique. Je l'ai invité à ressentir davantage le corps de son client, d'habiter le soin de sa présence, sans retenue. C'est exactement ce dont elle avait besoin, parce qu'elle m'expliquait qu'elle sentait qu'il lui manquait quelque chose dans ses soins, mais qu'elle n'avait pas idée de ce que cela pouvait être.

Quand Valérie se forme sur une nouvelle technique, comme par exemple, le massage Balinaise qu'elle a appris à Bali, elle prend le temps de s'entraîner et quand elle se sent prête, elle veut m'offrir ce soin, afin que je lui donne mes impressions. Le but étant pour elle de se perfectionner dans sa pratique, toujours dans une recherche de mieux-faire.

C'est cela qui a porté ses fruits, car lors de ce soin, j'ai senti une différence incroyable dans sa posture. Je lui ai dit « cette fois-ci, tu incarnes complètement ton soin, tu es totalement présente dans tes mains, dans ton soin, et « dans le corps », ce qui fait toute la différence ». Son retour a été très porteur, car elle a senti en elle, lors de ce soin, ce que je lui expliquais et ce dont elle n'arrivait pas à saisir la nuance et la subtilité.

L'analyse réflexive sur ma pratique professionnelle de formatrice, à savoir, de vouloir transmettre un savoir-être, bien plus qu'un savoir-faire, s'est concrétiser lors de cet échange avec Valérie et me conforte dans mes choix. Il est question ici de transmissions transversales, qui ont une place cruciale dans le métier de formateur et qui vont au-delà de la maîtrise dans le domaine d'une compétence spécifique.

DOSSIER PROFESSIONNEL

2. Précisez les moyens utilisés :

J'ai transmis cette formation dans le cabinet de soins de Valérie, sur Mornas. Je n'ai utilisé aucun support papier, puisque nous étions dans une pratique sur un modèle, qui était sur une table de massage.

DOSSIER PROFESSIONNEL

3. Avec qui avez-vous travaillé ?

J'ai coconstruit cette formation en m'adaptant aux demandes spécifiques de Valérie, concernant la posture du masseur et l'apprentissage de différentes techniques dans un massage prodigué à un modèle.

4. Contexte

Nom de l'entreprise, organisme ou association ▶		A L'Evidence Côté Zen
Chantier, atelier, service	▶	
Période d'exercice	▶	29/01/2026

5. Informations complémentaires (facultatif)

DOSSIER PROFESSIONNEL

Titres, diplômes, CQP, attestations de formation

(facultatif)

Intitulé	Autorité ou organisme	Date
BAFA de la petite enfance		1994
BEP CAP Vente Action Marchande	Lycée Roumanille Avignon	1993
CAP Esthétique	AFTEC Orange	2005
CIEC Certificat Interprofessionnel d'Esthétique Corporel	AFTEC Sorgues	2006
Certificats - Massage Thaï traditionnel - Massage Thaï traditionnel à l'huile - Réflexologie plantaire Thaï	Centre Shewa Spa à Bangkok en Thaïlande	2006
Certificats - Massage Balinais - Massage Hawaïen	Avec un professeur particulier à Bali	2006
Certificats - Hypnose Ericksonnienne - Praticien Thérapie Brève Solutionniste Expérientielle - MOSAIC	Institut Way Inside	2018/2020

DOSSIER PROFESSIONNEL

Différentes attestations de formation : - Décodage biologique - Access Bars - Reiki - Technique de libération des émotions E.F.T. - Formation aux Elixirs Floraux (Fleurs de Bach)		

DOSSIER PROFESSIONNEL

Déclaration sur l'honneur

Je soussignée Laëtitia CANO déclare sur l'honneur que les renseignements fournis dans ce dossier sont exacts et que je suis l'auteure des réalisations jointes.

Fait à Avignon, le 09 avril 2026

Pour fait valoir ce que de droit.

Signature :

DOSSIER PROFESSIONNEL

Documents illustrant la pratique professionnelle

(facultatif)

ANNEXES

(Si le RC le prévoit)