

Formation au Shiatsu de confort

Programme sur 3 jours

Public concerné :

Cette formation est à destination des professionnels de la santé et des praticiens du bien-être.

Présentation :

Le Shiatsu est un art japonais basé sur la médecine traditionnelle chinoise. Il consiste à réaliser des points d'acupression (points avec les doigts, les mains) afin de ramener un équilibre dans le corps qu'il soit physique, psychique et émotionnel. Les buts étant de relancer l'homéostasie du corps, de réactiver les différentes circulations (sanguine, veineuse et lymphatique), de soulager de multiples tensions (physiques, psychiques et émotionnelles), de calmer le mental etc

Objectifs pédagogiques et compétences attendues à la fin de la formation :

Les buts de cette formation sont :

- de se préparer par le biais de l'auto-massage Do in afin d'être dans de bonnes conditions physiques et psychiques pour la réalisation du massage,
- Connaître l'enchaînement complet de l'auto-massage Do in.
- d'utiliser les techniques d'ancrage, de respiration consciente afin d'être dans une présence, d'être à l'écoute de la personne et de son corps pendant la séance,
- de savoir se positionner correctement pour éviter des douleurs physiques suite au massage,
- Découvrir et d'apprendre les bases de la médecine traditionnelle chinoise : le Yin, le Yang, les différentes énergies (énergie essentielle, énergie ancestrale, énergie vitale), les 5 principes et leurs méridiens respectifs, les cycles régissant ces 5 principes.
- Connaître les représentations de la latéralisation : que représente le côté droit et gauche chez une personne.
- Connaître et être capable de reconnaître les significations des maux sur des endroits précis du corps afin d'apporter un début d'analyse précise chez la personne.

- d'établir un entretien préalable avec la personne massée afin de connaître si elle présente des contre-indications, si elle est enceinte, présence de hernie, phlébite etc...
- de préparer sa salle et son matériel nécessaires au bon déroulement de la séance,
- d'apprendre et de réaliser un shiatsu de confort complet du corps d'une durée d'1h.

Durée et horaires :

Sur 3 jours en présentiel de 9h à 18h.

Tarif :

910€/personne pour les 3 jours avec le petit déjeuner + repas du midi inclus.

Tarif comprenant le support de la formation et le matériel nécessaire pour la pratique.

Attestation de formation fournie à la fin de la formation (Evaluation continue).

Inscription :

Amélie Boileau 06 24 29 70 07