



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE

DENISE GALLETI LECERF - PRATICIENNE ET ENSEIGNANTE
Agréée Par La Fédération Française De Shiatsu Traditionnel

LICENCE FFST 7509

SIRET / 51126675100011

1, RUE DES TERREAUX 42570 SAINT HEAND

06.23.07.83.18 – denise.gallettilecerf@sfr.fr

www.shiatsu-bienetreloire.com



Module initiation shiatsu : 1^{ère} et 2^{ème} Année

ORGANISATION – DEROULEMENT DE LA SAISON

- 9 journées (de 9h à 18 h) soit 1 samedi (ou 1 dimanche) par mois de septembre ou octobre 2019 à Juin 2020, soit 81 heures.
- Alternance de parties théoriques et de parties pratiques au sein d'une même journée, soit environ 1/3 pour la partie théorique et 2/3 pour les temps de pratique. De courtes pauses (thé-boissons) rythment cette alternance. Une pause déjeunée de 45 mn (repas tiré du sac) est prévu à la mi-journée.
- 2 ateliers hebdomadaires –lundi de 17h30 à 21h (hors vacances scolaires) - facultatif mais recommandé (sans supplément de tarif) et jeudi de 18h30 à 21h30, réunit des élèves de tous niveaux et permet ainsi de perfectionner et enrichir le niveau de pratique.
- Contrôle continu des connaissances théoriques sous forme d'interrogation écrite portant prioritairement sur les apprentissages du cours précédent et contrôle en fin de saison de la pratique selon grille d'évaluation.
- **MATERIEL A PREVOIR :**
Pour la partie théorique de l'enseignement : de quoi prendre des notes. Des documents pédagogiques vous seront distribués au fur et à mesure des enseignements.
Il n'est pas nécessaire, en début de cursus, d'acquérir des livres traitant du shiatsu ou d'énergétique asiatique. Vous trouverez dans la bibliothèque de l'association quelques ouvrages à consulter ou à emprunter et nous vous conseillerons au fur et à mesure de votre progression les livres qui vous seront les plus utiles (que vous serez libres d'acquérir ou non !)
Pour la partie pratique de l'enseignement : Portez une tenue souple, légère et confortable. Munissez-vous d'une serviette éponge pour vous isoler du tatami (fourni), un plaid ou une couverture et éventuellement quelques coussins pour améliorer votre confort...
Evitez de porter des bijoux ou montre (il vous faudra les retirer pendant la pratique) et ayez de préférence les ongles coupés courts !



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE - MODULE INITIATION 1^{Ere} et 2^{ème} années

Lieu des cours

1, rue des Terreaux 42570 SAINT HEAND (weekend)

89, rue Florent Evrard 42100 SAINT ETIENNE (ateliers du lundi soir horaire libre de 17h30 à 21h).

Centre sportif de BONSON Salle du Renouveau, rue du Stade (ateliers du jeudi soir de 18h30 à 20h et 20h à 21h30)

Calendrier Formation 1^{ère} année ET 2^{ème} année

1^{er} module : shiatsu familial de bien-être

Saison 2019– 2020 de 9h à 18 h

1 ^{ère} ANNEE	2 ^{ème} ANNEE
	Samedi 14 septembre 2019 Participation à la « journées de la forme » place de l'hôtel de ville à SAINT ETIENNE. DU 20 au 30 Septembre 2019, FOIRE de ST ETIENNE, participation facultative (mais recommandée) en fonction de vos disponibilités sur le stand de l'école. Les heures effectuées durant les différents salons s'ajoutent aux heures de formation.
	Samedi 07 Septembre 2019
	Samedi 14 Septembre 2019
Samedi 12 Octobre 2019	Dimanche 13 Octobre 2019
Samedi 23 Novembre 2019	Dimanche 24 Novembre 2019
Samedi 14 décembre 2019	Dimanche 15 Décembre 2019
Samedi 18 janvier 2020	Dimanche 19 Janvier 2020
Samedi 15 février 2020	Dimanche 16 Février 2020
Samedi 28 mars 2020	Dimanche 29 Mars 2020
Samedi 09 Mai 2020	Dimanche 10 Mai 2020
Samedi 13 juin 2020	SAMEDI 06 juin 2020 : examen pratique DE FIN DE PREMIER MODULE
Samedi 20 Juin 2020	Samedi 20 Juin 2020

1 demi-journée sera consacrée à une pratique complémentaire du shiatsu et encadrée par des professionnels. Cette demi-journée sera commune aux 4 années de formations et prévue le SAMEDI 20 Juin 2020. Le thème abordé et le lieu du cours vous seront communiqués ultérieurement.



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE – MODULE INITIATION 1^{Ere} et 2^{eme} années

OBJECTIFS DE L'ANNEE - initiation 1^{ere} année

PARTIE THEORIQUE :

- Connaître et appliquer les règles de prudence (interdits – points abortifs – précautions) indispensables à la pratique du shiatsu.
- Aborder dans les grandes lignes les concepts piliers de l'énergétique asiatique tels que : le KI (QI) – le TAO – YIN/YANG – les 12 Méridiens principaux : leur trajet et quelques points importants – Les points SHU, MU et LUO. 2 Méridiens extraordinaires : Vaisseau Conception et Vaisseau Gouverneur - LES 3 FOYERS – LES 5 MOUVEMENTS ou 5 ELEMENTS, leurs relations physiologiques d'équilibre – l'HORLOGE CIRCADIENNE et la règle midi/minuit.
- Porter un regard sur des pratiques complémentaires au SHIATSU (naturopathie – réflexologie etc ...) dirigées par des professionnels de ces pratiques pour ce qu'elles peuvent nous apporter ou nous conforter dans la nécessité d'une approche holistique de la personne.

PARTIE PRATIQUE :

- Connaître et être en capacité de réaliser un shiatsu de bien-être (sur futon) complet d'une heure environ, selon les protocoles suivants :
 - Décubitus ventral : dos – fesses – arrière des cuisses et des jambes – pieds.
 - Décubitus latéral : épaules-omoplates-cou.
 - Décubitus dorsal : dessus du pied - avant des jambes et des cuisses – abdomen – thorax – trapèzes - bras – cou – tête et visage.
 - Shiatsu sur chaise ergonomique : le dos
- Séquence d'anatomie « palpatoire », dirigée par Lucas Giraud - ostéopathe, pour une approche plus perfectible dans l'art du toucher.

- Le calendrier des journées de formation pour la saison 2020-2021 sera établi au plus tard le 30 Juin 2020.
- Il comptera 9 journées de formation (samedi ou dimanche), soit 81 heures de formation
- + atelier de pratique, gratuit et facultatif (toutes années confondues) chaque lundi (hors vacances scolaires) de 17h30 à 21h horaire libre + un atelier de pratique le jeudi soir à BONSON de 18h30 à 20h et de 20h à 21h30 (en collaboration avec l'Association Bonsonnaise de Shiatsu de Détente.



OBJECTIFS DE L'ANNEE – Initiation 2^{ème} année

PARTIE THEORIQUE :

- Perfectionner les connaissances abordées en première année sur les concepts piliers de l'énergétique asiatique YIN/YANG – Les 8 Principes Fondamentaux - Les 5 Mouvements, leurs caractéristiques associées, leurs relations physiologiques -
- Perfectionner les connaissances sur les trajets des méridiens principaux (leurs points shu-mu-luo-yuan-shu ambassadeurs), aborder leurs fonctions et les 2 méridiens extraordinaires VG et VC.
- Porter un regard sur des pratiques complémentaires au SHIATSU (naturopathie – réflexologie etc ...) dirigées par des professionnels de ces pratiques) pour ce qu'elles peuvent nous apporter ou nous conforter dans la nécessité d'une approche holistique de la personne.

PARTIE PRATIQUE :

- Connaître et être en capacité de réaliser un shiatsu de bien-être complet d'une heure à une heure quinze environ (sur table et sur futon), révision des apprentissages de première année + les protocoles suivants :
 - Décubitus latéral : tête-cou-épaules-omoplates-dos-cuisses et jambes intérieur et extérieur-pied - bras et mains (sur table et futon).
 - Shiatsu assis (sur chaise ergonomique – sur chaise normale – sur futon) : tête-cou-épaule-bras et mains.
- Séquences d'anatomie « palpatoire », dirigée par un ostéopathe, pour une approche plus perfectible dans l'art du toucher et du ressenti.
- Initiation à la moxibustion.

L'élève devra comptabiliser 200 heures de formation pour valider ce premier module de 2 ans « shiatsu de bien-être » (certificat délivré par l'école Shiatsu Bien être Loire). Pour effectuer le nombre d'heures requis, il est recommandé de participer dès la deuxième année à toutes ou parties des manifestations proposées par l'Ecole SHIATSU BIEN ÊTRE LOIRE, à savoir les démonstrations dans les salons, foires ou associations caritatives.

- Le calendrier des journées de formation pour la saison 2020-2021 sera établi au plus tard le 30 Juin 2020.
- Il comptera 9 journées de formation (samedi ou dimanche), soit 81 heures de formation
- + atelier de pratique, gratuit et facultatif (toutes années confondues) chaque lundi (hors vacances scolaires) de 17h30 à 21h horaire libre + un atelier de pratique le jeudi soir à BONSON de 18h30 à 20h et de 20h à 21h30 (en collaboration avec l'Association Bonsonnaise de Shiatsu de Détente.

...ET



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE – MODULE PERFECTIONNEMENT 1^{Ere} et 2^{eme} années

...POUR LA SUITE DE VOTRE CURSUS :

MODULE PERFECTIONNEMENT (1 an) ET PREPARATION AU CERTIFICAT DE PRATICIEN EN SHIATSU (1an)

- Le calendrier des journées de formation pour la saison 2020 – 2021 sera établi au plus tard le 30 Juin 2020.
- Il comptera 81 heures de formation minimum.
- Le calendrier des journées de formation pour la saison 2021 – 2022 sera établi au plus tard le 30 Juin 2021.
- Il comptera 81 heures de formation minimum.

L'élève devra comptabiliser 300 heures de formation pour valider ce deuxième module de perfectionnement et se présenter à l'examen de praticien en shiatsu délivré par l'école SHIATSU BIEN ETRE LOIRE.). Pour effectuer le nombre d'heures requis, il est recommandé de participer dès la deuxième année à toutes ou parties des manifestations proposées par l'Ecole SHIATSU BIEN ETRE LOIRE, à savoir les démonstrations dans les salons, foires ou associations caritatives, mais aussi à toutes ou parties des journées de formation de 1^{ère} et 2^{ème} années et à défaut, aux ateliers hebdomadaires tous niveaux.

L'élève pourra ensuite être présenté par l'Ecole SHIATSU BIEN ETRE LOIRE au Certificat Fédéral de Praticien en Shiatsu (2 sessions par an) délivré par la FEDERATION FRANCAISE DE SHIATSU TRADITIONNEL





SHIATSU BIEN ETRE LOIRE

- **TARIFS formation SHIATSU école SHIATSU BIEN ETRE LOIRE**
 - **RENTREE 2019 – 2020**

- **1^{er} MODULE :** shiatsu familial (certificat de l'école) 200 h de formation sur deux ans en 9 journées (samedi ou dimanche) **PAR AN** + Ateliers chaque lundi de 17h30 à 21h : facultatifs mais recommandés (sauf vacances scolaires)
 - 1^{ère} année1.180 euros
 - 2^{ème} année1.280 euros
 - En cas de redoublement dans ce premier module le tarif sera de 740 euros pour l'année.
- **2^{ème} MODULE :** pour l'obtention du certificat de l'école Shiatsu Bien Etre Loire puis du Certificat fédéral de praticien en shiatsu (délivré par la F.F.S.T.) 300h de formation sur deux ans en 9 journées minimum (samedi (et) ou dimanche) **PAR AN** + Ateliers chaque lundi de 17h30 à 21h : facultatifs mais recommandés (sauf vacances scolaires)
 - 3^{ème} année.....1.380 euros
 - 4^{ème} année.....1.480 euros
 - En cas de redoublement dans ce deuxième module le tarif sera de 820 euros pour l'année.

Le règlement peut se faire par chèque en 1 ou plusieurs fois (jusqu'à 10 fois)

Ces tarifs ne comprennent pas le coût de la licence FFST (Fédération Française de Shiatsu Traditionnel) obligatoire d'un coût actuel de **60 euros/an** + Assurance proposée par la FFST (env 40€ par an)

- Ces tarifs ne comprennent pas le coût de la formation complémentaire anatomie physiologie obligatoire pour les personnes non issues de professions médicales ou paramédicales. (liste des professions dispensées en annexe) Cette formation est dispensée par **Lucas Giraud OSTEOPATHE Diplômé du CIDO, agréé par la F.F.S.T.** Cette formation doit se faire à partir de la première année de shiatsu. Informations et tarifs sur demande.
- Ces tarifs ne comprennent la Formation aux Premiers Secours (**60 euros**) ou la remise à niveau de ce certificat s'il a plus de 5 ans (tarif remise à niveau inconnu). Cette formation doit se faire dès la première année de shiatsu.

7.1. *Liste des professions pour la dispense de l'Anatomie*

diplômes ou activités professionnelles	dispense
agent d'accompagnement en station thermale	non
ambulancier	non
assistant dentaire	non
Bac général filière S	non
Bac pro / techno SMS / ST2S	non
BEP sanitaire et social	non
BEPA service aux personnes	non
BP préparateur en pharmacie	oui
BTS diététique	non
CAP petite enfance	non
chiropraticien	oui
DE / DTS manipulateur en électroradiologie	oui
aide médico-psychologique	non
DE aide-soignant	oui
DE auxiliaire puériculture	oui
DE ergothérapeute	oui
DE masseur-kinésithérapeute	oui
DE pédicure-podologue	oui
DE psychomotricien	oui
DE technicien en analyses médicales	oui
dentiste	oui
éducateur spécialisé	non
éducateur sportif 1 ^{er} degré	oui
éducateur sportif 2 ^{ème} degré	oui
éducateur sportif avec tronc commun (ancien BEES / nouveau BPJEPS)	oui
enseignant en anatomie-physiologie écoles supérieures / classes prépa	oui
esthéticienne (BTS)	oui
esthéticienne (CAP / BEP / Bac Pro)	non
étiopathe	oui
infirmier	oui
infirmier spécialisé / anesthésie / bloc opératoire	oui
licence STAPS	oui
licence SVT	oui
médecin	oui
ostéopathe	oui
PCEM 1 prépa médecine validée	oui
pharmacien	oui
professeur de danse avec DE	oui
professeur de danse sans DE	non
professeur EPS	oui
professeur SVT	oui
puéricultrice	oui
sage-femme	oui
secrétaire médicale	non
visiteur médical homologué niveau 3	non
vétérinaire	oui



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE 1, Rue des Terreaux 42570 SAINT HEAND

FICHE D'INSCRIPTION - SAISON 2019/2020

NOM.....n° Licence.....

PRENOM.....

Date de naissance/...../.....PROFESSION.....

ADRESSE :

.....

Adresse email :

Téléphone : FIXE :.....MOBILE :.....

La contribution financière est due pour l'année entière et ne peut faire l'objet d'un remboursement, sauf cas de force majeure (maladie-mutation) et quel que soit le mode de règlement.

Date et signature : (précédé de la mention manuscrite « Lu et approuvé »)