



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE

(ASSOCIATION LOI 1901)

1, RUE DES TERREAUX 42570 SAINT HEAND
06.23.07.83.18 – denise.galletecerf@sfr.fr
www.shiatsu-bienetreloire.com

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

ORGANISATION – DEROULEMENT DE LA SAISON

- 11 journées (de 9h à 18 h) samedi (et/ou) dimanche d'octobre 2020 à Juin 2021, soit 82h30 Heures effectives de formation par an (7h30/jour).
- 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 prévue à la mi-journée.
- 2 ateliers hebdomadaires –lundi de 17h30 à 21h (hors vacances scolaires, soit 30 ateliers) - facultatifs mais recommandés (sans supplément de tarif) et jeudi de 18h30 à 21h30 (30 ateliers), réunissent des élèves de tous niveaux et permettent ainsi de perfectionner et enrichir le niveau de pratique. La participation à ces ateliers est comptabilisée en heures de formation.
- 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 ou de la table (fournis), 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 (weekend et ateliers du lundi soir : horaire libre le lundi soir 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)

Les Enseignant(e)s

Denise GALLETTI LECERF, Responsable pédagogique, praticienne spécialiste en shiatsu
Titre Praticienne SPS 2017-0375 LICENCE10962 – Formation initiale dans divers styles, en France et au Japon (Namikoshi – Kuretake – Masunaga), enseignante en shiatsu depuis Septembre 2014

Florence RIGNAULT, praticienne spécialiste en shiatsu
Titre Praticienne SPS 2019-0760 LICENCE06650
Formation initiale dans divers styles, en France et au Japon (Namikoshi – Kuretake – Masunaga), enseignante en Do In et shiatsu depuis 2016-2019

Lucas GIRAUD, Ostéopathe DO, diplômé du CIDO (Saint Etienne) depuis 2015.



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE – MODULE INITIATION 1^{ère} et 2^{ème} années

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

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

Saison 2020– 2021 de 9h à 18 h

1 ^{ère} ANNEE	2 ^{ème} ANNEE
	DU 25 Septembre au 5 Octobre 2020, 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.
	Dimanche 13 Septembre 2020(Alsolu)
Samedi 17 Octobre 2020 (Alsolu)	Samedi 10 Octobre 2020 (Alsolu)
Samedi 14 novembre 2020 (St Héand)	Dimanche 15 novembre 2020 (St Héand)
Samedi 12 décembre 2020 (Alsolu)	Dimanche 13 Décembre 2020(Alsolu)
Samedi 9 janvier 2021 (St Héand)	Dimanche 16 Janvier 2021(St Héand)
Samedi 30 janvier 2021 (Alsolu)	Dimanche 31 Janvier 2021(St Héand)
Samedi 27 Février 2021(Alsolu)	Dimanche 28 Février 2021(Alsolu)
Samedi 20 et Dimanche 21 Mars 2021(Alsolu)	Samedi 27 Mars 2021(St Héand)
Samedi 29 mai 2021(Alsolu)	Dimanche 5 Juin 2021(Alsolu)
Samedi 12 Juin 2021 (St Héand)	SAMEDI 19 juin 2021 : examen pratique DE FIN DE PREMIER MODULE
Samedi 26 Juin 2021(Alsolu) Journée commune tous niveaux Matin : conférence/atelier Après-midi : Atelier	Samedi 26 Juin 2021(Alsolu) Journée commune tous niveaux Matin : conférence/atelier Après-midi : Atelier

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 26 Juin 2021**. Le thème abordé vous sera communiqué ultérieurement.



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

OBJECTIFS DE L'ANNEE - initiation 1^{ère} 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 : leurs trajets 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 :

- Do In (shiatsu sur soi)
- Connaître et être en capacité de réaliser un shiatsu de bien-être (sur futon ou sur table selon obligation sanitaire COVID) 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
- Séquence d'anatomie « palpatoire », dirigée par Lucas Giraud - ostéopathe, pour une approche plus perfectible dans l'art du toucher.
- Séquences de relaxation.

- Le calendrier des journées de formation pour la saison 2021-2022 sera établi au plus tard le 30 Juin 2021.
- Il comptera 11 journées de formation (samedi ou dimanche) soit 82h30 Heures effectives de formation (7h30/jour).
- + atelier de pratique, gratuit et facultatif (toutes années confondues) chaque lundi (environ 30 séances, 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. Les merveilleux Vaisseaux. Leurs points d'ouverture.
- 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)
- 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 ETRE LOIRE, à savoir les démonstrations dans les salons, foires ou associations caritatives et de participer aux ateliers hebdomadaires.

- Le calendrier des journées de formation pour la saison 2022-2023 sera établi au plus tard le 30 Juin 2022.
- Il comptera 11 journées de formation (samedi ou dimanche), soit 82h30 (effectives) de formation
- + atelier de pratique, gratuit et facultatif (toutes années confondues) chaque lundi (environ 30 séances, 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).



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE – MODULE PERFECTIONNEMENT

...POUR LA SUITE DE VOTRE CURSUS :

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

PARTIE THEORIQUE :

- Apprendre à réaliser un bilan selon l'énergétique asiatique : observation – écoute - questionnement – palpation.
- Entreprendre des « études de Cas » sur des personnes de votre entourage afin d'expérimenter l'efficacité d'un suivi shiatsu de plusieurs séances.
- Introduction à la pulsologie chinoise. (théorie et pratique)
- Introduction à la diététique Chinoise.
- 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 :

- Être en capacité de réaliser un shiatsu complet d'une heure à une heure quinze environ (sur table et sur futon) selon la stratégie induite par le bilan énergétique.
- Séquences d'anatomie « palpatoire », dirigée par un ostéopathe, pour une approche plus perfectible dans l'art du toucher et du ressenti.
- Le shiatsu de la femme enceinte.
- Le shiatsu du jeune enfant.

L'élève devra comptabiliser 500 heures de formation pour 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} année et à défaut, aux ateliers hebdomadaires tous niveaux.

L'examen de praticien en shiatsu se déroule en deux étapes :

- une partie théorique constituée du compte-rendu de 30 études de cas préalablement supervisées par les enseignantes et présenté par le candidat devant un jury de 2 praticiens professionnels.
- Une épreuve pratique de 45 minutes devant un jury de 2 praticiens professionnels (Un receveur, Un observateur).



SHIATSU BIEN ETRE LOIRE

- **TARIFS formation SHIATSU école SHIATSU BIEN ETRE LOIRE**
 - **RENTREE 2020 – 2021**

- **1^{er} MODULE :** shiatsu familial (certificat de l'école) 200 h de formation sur deux ans en 11 journées (samedi et/ou dimanche) **PAR AN** + Ateliers chaque lundi de 17h30 à 21h : facultatifs mais recommandés (environ 30 séances par an - sauf vacances scolaires)
 - 1^{ère} année1.480 euros
 - 2^{ème} année1.480 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 Être Loire il faut totaliser 500h de formation (comprenant les heures comptabilisées durant le premier module) sur un ou deux ans en 11 journées minimum (samedi (et) ou dimanche) **PAR AN** + Ateliers chaque lundi de 17h30 à 21h : facultatifs mais recommandés (environ 30 séances par an - sauf vacances scolaires)
 - 3^{ème} année.....1.480 euros
 - Au-delà de la 3^{ème} année le tarif sera de 880 euros pour l'année.

Le règlement peut se faire par chèques en plusieurs fois (jusqu'à 10 fois)

- Ces tarifs comprennent les supports pédagogiques fournis lors des journées de formation.
- 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**. Cette formation doit se faire à partir de la première année de shiatsu. Informations et tarifs sur demande.
- Une assurance spécifique pour la pratique du shiatsu (en dehors des heures de cours et manifestations lesquelles sont de fait sous tutelle d'un enseignant et bénéficie de l'assurance école) est actuellement à l'étude et vous sera proposée dès la rentrée.
- 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 2020/2021

NOM.....

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 qu'en cas de force majeure (maladie-mutation). En cas d'interruption de la formation pour toute autre raison que force majeure, une retenue de 30% sera appliquée sur le solde restant dû.

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