



SHIATSU NORD
18 rue Davy - 59000 Lille (M° Montebello)
Le site www.shiatsu-nord.fr
Contact : 03 20 09 31 18 / 07 66 83 34 34
Courriel : shiatsu1@free.fr

SHIATSU NORD

L'association Shiatsu Nord

est l'un des centres de formation de shiatsu les plus importants de France et compte plus de deux cents adhérents. Une équipe de formateurs certifiés et expérimentés œuvre pour Shiatsu Nord, qui propose un enseignement sur trois ans débouchant sur le certificat d'école de praticien en shiatsu.

Le but de l'association est de faire connaître le shiatsu et de contribuer à sa promotion par des cours, des démonstrations, conférences, salons, interventions dans les écoles, auprès de collectivités...

Shiatsu Nord, Association Loi 1901

Date de création en Préfecture du Nord : 9 novembre 1999, numéro 059 50 35 669.
Déclaration d'activité de prestataire de formation 32 59.09385.59
SIRET 452 507 858 000 28

La formation totale représente un volume de plus de 500 heures de cours en centre de formation et un volume de travail personnel minimum d'au moins 240 heures.

Description par niveau des études pratiques et théoriques

Public concerné et prérequis :

La formation est ouverte à tous, sous condition d'aptitude physique, afin de pouvoir tenir les positions de travail au sol. Une maîtrise de l'outil informatique est nécessaire en vue de la préparation des dossiers à remettre au terme de la dernière année de formation.

Objectif :

Notre formation en shiatsu vise à préparer les stagiaires en vue de leur installation professionnelle comme praticiens spécialistes en shiatsu.

Durée :

Le cursus est réparti sur trois années comprenant trois blocs de compétences, représentant un total de 520 heures de formation. Ces heures sont réparties sur environ 200 jours, en soirée ou après-midi, en semaine et en week-end. Les cours se déroulent de septembre à juin. Chaque année s'achève en juin par les examens pratiques. Pas d'activités pendant les vacances scolaires.

Modalités et délais d'accès :

Pour toute inscription il faut envoyer le dossier de pré-inscription, 3 semaines avant la date de rentrée au plus tard, à Shiatsu Nord 18 rue Davy 59000 Lille. Le dossier comprend : le bulletin de pré-inscription complété (à télécharger sur le site www.shiatsu-nord.fr), une lettre de motivation, deux photos d'identité et un chèque de 60 € à l'ordre de Shiatsu Nord pour les frais d'inscription. Un entretien a lieu avant toute inscription en première année.

Tarifs :

Chaque année de formation a un coût de 1150 € en tarif individuel et 1560 € en tarif entreprise + 60 € annuel de frais d'inscription. Soit un total de 3450 € TTC les trois années en financement individuel ou 4680 € TTC en financement entreprise. Les cours d'anatomie sont en supplément : 140 € en tarif individuel et 200 € en tarif entreprise.

Contact :

Pour tout renseignement vous pouvez contacter Mme Amélie LECLERCQ, Responsable Administrative de Shiatsu Nord : shiatsu1@free.fr / 03 20 09 31 18 ou 07 66 83 34 34.

Accessibilité handicapés :

La formation est ouverte à tous sous réserve d'aptitudes physiques apte à la pratique du sport. Locaux accessibles aux personnes en situation de handicap. Place de stationnement handicapé à 20m du local.

Méthodes mobilisées :

L'enseignement se déroule sur trois années et est scindé en blocs de compétences. Tous les blocs de compétences sont obligatoires pour acquérir le certificat d'école de praticien spécialiste en shiatsu. Chaque année de formation est validée par un examen pratique et des évaluations théoriques régulières.

La vie scolaire des stagiaires est régie par un règlement intérieur que chaque participant doit signer. En particulier, les cours sont obligatoires, et une présence d'au moins 80% est nécessaire pour se présenter aux examens. Chaque stagiaire possède un livret sur lequel seront notées ses présences, et où le stagiaire inscrira son travail personnel et ses participations aux salons ou à des stages de shiatsu. Ce livret justifiera du travail effectué et en cas de transfert dans une autre école.

L'anatomie est un module à part qui doit être réalisé sur les deux premières années. En sont dispensées certaines professions médicales ou para médicales.

La pratique individuelle régulière est obligatoire dès le premier degré. Elle devra être au minimum de 240 heures pour les trois années de formation.

Le stagiaire devra avoir suivi, au cours de l'une de ses trois années à l'école Shiatsu Nord, la formation aux premiers secours (PSC1) dans un centre agréé. Certaines professions médicales ou para médicales en sont dispensées.

Par ailleurs, le centre de formation veille à ce que le stagiaire complète son expérience en partageant, au cours des années de formation, six séances de shiatsu avec des spécialistes en shiatsu.

L'acquisition de l'expérience professionnelle se fera aussi aux travers d'une participation obligatoire aux salons et manifestations auxquels le centre de formation participe.

Une bibliothèque propose l'ensemble des livres publiés sur le shiatsu ainsi que des ouvrages sur la médecine traditionnelle chinoise et l'acupuncture. Un intérêt particulier est porté à la diététique quotidienne. La liste complète des œuvres se trouve sur le site de l'association.

PRINCIPES DE LA FORMATION EN SHIATSU TRADITIONNEL

Shiatsu Première année Le Corps et la Matière

Il s'agit d'acquérir ici les notions de base du shiatsu dans le cadre d'une pratique professionnelle.

Séance hebdomadaire de 3 heures et travaux dirigés de 2 heures.

Le cours, encadré par un formateur et un praticien-assistant de shiatsu se déroule de la façon suivante : échauffement, travail en Do-In, démonstration du travail prévu, échange par deux et évaluation de la séance.

Evaluation pratique en fin d'année.

Une pratique individuelle régulière est obligatoire (60 heures minimum).

Shiatsu deuxième année Les Méridiens et l'Energie

Il s'agit d'acquérir les notions de shiatsu en particulier le travail des méridiens et les principes de la circulation de l'énergie.

Séance hebdomadaire de 3h obligatoire et travaux dirigés de 2 h.

Le cours, encadré par un formateur et un praticien-assistant de shiatsu se déroule de la façon suivante : échauffement, travail en Do-In, démonstration du travail prévu, échange par deux et évaluation de la séance.

Evaluation pratique en fin d'année.

Un entraînement individuel régulier de 80 heures minimum est exigé durant l'année.

Shiatsu troisième année Le corps et l'énergie

Il s'agit d'acquérir les notions avancées de shiatsu en vue de l'installation professionnelle du stagiaire comme praticien spécialiste en shiatsu.

Séance hebdomadaire de 3h obligatoire et travaux dirigés de 2 h.

Le cours, encadré par un formateur et un praticien-assistant de shiatsu se déroule de la façon suivante : échauffement, travail en Do-In, démonstration du travail prévu, échange par deux et évaluation de la séance.

Un entraînement individuel de 100 heures minimum est exigé.

Evaluation pratique en juin.

Participation obligatoires aux salons, démonstrations, interventions extérieures.

Un dossier de cas pratiques (30 fiches de shiatsu) sera à remettre.

Les fiches de six shiatsu in situ auprès de Spécialistes en shiatsu devront être validées et remises pour l'évaluation finale.

DESCRIPTION DES BLOCS DE COMPÉTENCES DE FORMATION PROFESSIONNELLE AU SHIATSU 2021/2024

Shiatsu Première année: Le Corps et la Matière

BLOC 2 – Partie 1/3 : Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client

Objectif : Acquérir les notions de base du shiatsu.

INITIATION : 1 week-end de 12 heures

Objectif :

Approche du Do-In

Approche du shiatsu, de la théorie et travail sur la matière par le biais du kata du dos et des jambes.

MODULE PRATIQUE 1 : 12 séances de 3 h + 12 travaux dirigés de 2 h (60 h)

Contenu de l'action :

- savoir travailler le corps dans sa matérialité : appuyer, presser, frotter, frapper, étirer.
- assouplir le corps.
- pouvoir intervenir sur chaque partie du corps, savoir donner un shiatsu global.

Les 8 katas de base : le shiatsu du dos, le shiatsu des jambes, le shiatsu des épaules-bras-mains, le shiatsu du visage, de la nuque, de la tête, le shiatsu du thorax, le shiatsu du hara. Le dos rapide.

MODULE PRATIQUE 2 : 14 séances de 3 heures + 14 travaux dirigés de 2 heures (70 h)

Contenu de l'action :

- percevoir, savoir faire circuler l'énergie des méridiens. Comprendre et sentir les trajets des méridiens.
- nettoyer, débarrasser le corps de ses blocages énergétiques.
- Le travail par le ressenti : travail des méridiens, travail des points d'acupuncture (tsubos)

MODULE PRATIQUE AVANCEE 1 : 1 week-end de 12 heures

- Apprendre les autres pratiques de base : Kata de base du shiatsu sur chaise, shiatsu assis, shiatsu de côté.

MODULE THEORIQUE 1 : 4 séances de 4 heures (16 h)

Contenu de l'action :

Les bases de la philosophie et de la pensée japonaise. Le Yin et le Yang. La théorie des cinq éléments. Typologie, morphologie et caractères associés aux cinq éléments.

Approche théorique de la médecine orientale :

Le concept du Tao, le Yin et le Yang, le concept de l'Énergie (Ki), les cinq éléments (tableau des caractéristiques associées, cycles d'engendrement et de modération), aspect psychologique des cinq éléments.

Une pratique individuelle régulière est obligatoire (60 heures minimum).

EVALUATION EN FIN D'ANNEE

L'évaluation en fin de première année, prévue en juin, consiste à effectuer un des katas de base tiré au sort devant un jury composé d'un receveur et d'un observateur.

Les protocoles doivent être sus sans hésitation, les mouvements et les pressions doivent être effectués dans les règles. La fiche d'évaluation se trouve dans le livret du stagiaire.

MODULE D'ANATOMIE

Le module d'anatomie est ouvert aux stagiaires 1^{er} et 2^{ème} degré. Nous consulter pour obtenir la liste des dispenses.

Le stagiaire peut choisir entre :

La formule en présentiel proposée par Shiatsu Nord :

- 5 cours de 4 heures en 1^{ère} année – soit 20 heures de cours

- 5 cours de 4 heures en 2^{ème} année – soit 20 heures de cours

Coût : 70 € par an en financement individuel ou 100 € par an en financement entreprise.

Validation : par QCM en début de chaque cours ; une note minimum de 12/20 est requise pour valider un QCM.

Le module en ligne proposé par le SPS :

La souscription se fait directement auprès du SPS (Syndicat des Professionnels de Shiatsu) et l'accès est donné pour 12 mois. L'inscription comporte les supports de cours et le passage des QCM en ligne.

Coût : 200 € pour l'année.

Validation : par QCM ; une note minimum de 12/20 est requise pour valider un QCM.

Contenu de l'action :

Le programme porte sur les connaissances de base du corps humain : squelette et os, muscles, système cardio-vasculaire, système lymphatique et endocrinien, système respiratoire, système digestif, système urinaire, système nerveux, organes des sens.

Shiatsu deuxième année : Les Méridiens et l'Energie

BLOC 2 – Partie 2/3 : Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client

Objectif : Apprendre le trajet des méridiens et les travailler du point de vue énergétique. Aborder la notion d'intuition et approfondir le travail de la matière.

MODULE PRATIQUE 3 : 14 séances de 3 h + 14 travaux dirigés de 2 h (70 h)

Contenu de l'action :

- savoir travailler chacun des 12 méridiens : Poumon, Gros intestin, Estomac, Rate-Pancréas, Cœur, Intestin Grêle, Vessie, Rein, Maître du Cœur, triple Réchauffeur, Vésicule Biliaire, Foie.

- savoir intervenir sur un problème énergétique simple.

MODULE PRATIQUE 6: 11 séances de 3 h + 11 travaux dirigés de 2 h (55 h)

Contenu de l'action :

Poursuivre l'approfondissement du travail de la matière

Développer l'intuition, interpréter et comprendre le dérèglement énergétique, percevoir et interpréter les problèmes émotionnels

MODULE THEORIQUE 2 : 5 séances de 3 h (15 h)

Contenu de l'action :

La théorie et la connaissance des méridiens. Les méridiens et l'énergie

Acquérir les notions de shiatsu traditionnel, en particulier le travail des méridiens et les principes de la circulation de l'énergie :

- trajet et localisation des points importants, des douze méridiens principaux et des deux vaisseaux centraux (Vaisseau Conception et Vaisseau Gouverneur)
- Les points d'acupuncture (tsubos) remarquables (points Shu, Mu, points sources, points luo)
- Les climats énergétiques (origines, signes révélateurs)
- Les émotions et les entrailles

BLOC 1 – Partie 1/2 : Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé
Objectif : Approfondissement de la pratique du shiatsu dans une finalité professionnelle. Elaboration du bilan énergétique et du protocole.

MODULE PRATIQUE 5 : 1 WE de 12 heures

Contenu de l'action :

Travailler les articulations : épaule, genou, coude, cheville

MODULE THEORIE 4 et 5 : 8 séances de 3 h (24 h)

Contenu de l'action :

Théorie 4 : La maladie, le yin et le Yang approfondissement, la vision orientale des systèmes organiques.

Théorie 5 : Compréhension énergétique, interprétation énergétique et traitement énergétique des pathologies les plus fréquentes en shiatsu : lombalgies, sciatique, migraine, insomnie, fatigue, stress, arthrite, torticolis, tennis-elbow, problèmes gynécologique, sexualité, dérèglements thyroïdiens...

MODULE DE PRATIQUE DU BILAN ENERGETIQUE : 6 séances (17 h)

Préparation à l'installation professionnelle : accueil et installation du client, échange avec le client, gestion des conditions matérielles, hygiène de vie, élaboration de la fiche d'observation et du protocole.

***Entraînement individuel** régulier de 80 heures minimum exigé durant l'année.*

EVALUATION ECRITE DU MODULE DE THEORIE 2

Un contrôle continu est prévu à chaque séance.

Un examen final portant sur le contenu du module 2 de théorie est organisé en fin d'année. Le stagiaire devra avoir obtenu la moyenne.

EVALUATION PRATIQUE DE FIN D'ANNEE

L'évaluation en fin de deuxième année consiste à effectuer devant un jury composé d'un receveur et d'un observateur un shiatsu alliant travail de matière et d'énergie par le biais des méridiens, sur l'une des huit zones principales de travail. Le sujet est tiré au sort. La fiche d'évaluation se trouve dans le livret du stagiaire.

Shiatsu troisième année : Le Corps et l'Energie

BLOC 1 – Partie 2/2 : Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé
Objectif : Elaboration d'une séance personnalisée. Mises en situations.

MODULE PRATIQUE 4 : 14 séances de 3 h + 14 travaux dirigés de 2 h (70 h)

Contenu de l'action :

Intégration du travail des méridiens et des tsubos dans la pratique des katas.

- connaissance approfondie et pratique approfondie des méridiens.
- élaboration de katas comprenant le travail des méridiens ; 10 katas pour l'ensemble du corps.
- nettoyer, débarrasser le corps de ses blocages énergétiques.
- savoir intervenir sur un problème énergétique survenant à n'importe quel endroit du corps.
- technique des moxas.

MODULE PRATIQUE APPLICATION : 29h

Contenu de l'action :

Mises en situations : rédaction de Bilans Energétiques.

BLOC 2 – partie 3/3 : Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client
Objectif : Approfondissement de la pratique du shiatsu dans une finalité professionnelle. Il s'agit d'acquérir les notions avancées de shiatsu en vue de l'installation professionnelle.

MODULE PRATIQUE 7 : 7 séances de 3 h + 7 travaux dirigés de 2 h (35 h)

Contenu de l'action :

Maitriser les katas pour praticiens avancés : vider la tête, ouvrir la poitrine, nettoyer le Foie, libérer les mâchoires. Libérer Vésicule Biliaire/Vessie, Nettoyer le plexus, Agir sur la Vésicule Biliaire, Articuler Rein/Maître du cœur, Articuler Rate/pancréas/cœur, Articuler Foie/Poumons.

Pratique de l'évaluation énergétique du receveur

MODULE THEORIE 4 : 2 séances (7h)

Contenu de l'action :

La maladie. La vision orientale des système organiques.

Entraînement individuel régulier de 100 heures minimum exigé durant l'année.

PARTICIPATION SALONS, DEMONSTRATION, INTERVENTIONS EXTERIEURES

Les stagiaires sont amenés à participer à l'un de ces évènements. Cette participation est obligatoire dans le cadre de l'examen final.

EVALUATION EN FIN D'ANNEE

Une évaluation pratique est prévu **en juin**. La fiche d'évaluation se trouve dans le livret du stagiaire.

PREPARATION D'UN DOSSIER DE CAS PRATIQUE

Il est demandé au stagiaire un minimum de 30 fiches de shiatsu, décrivant 30 séances de shiatsu. Chaque séance doit être rédigée et remise au formateur qui donnera remarques et conseils au stagiaire sur la forme comme sur le fond de l'intervention (accueil, validation du diagnostic, choix de la stratégie, conseil de fin de séance).

VALIDATION DE LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

Pour valider la qualité de sa pratique, le stagiaire devra prendre rendez-vous auprès de six spécialistes en shiatsu. A l'issue de la séance, une fiche fera la synthèse des échanges qui auront lieu entre le praticien et l'impétrant. Elle devra montrer en quoi l'échange a pu être bénéfique et propice à une évolution professionnelle.

EXAMEN FINAL DE FORMATION

Le certificat d'école de praticien en shiatsu est délivré lorsque les conditions suivantes sont réunies. Le stagiaire aura :

1. Validé une épreuve théorique sur les fondamentaux du shiatsu et de la médecine orientale
2. Validé une épreuve pratique de shiatsu évaluée par un observateur et un receveur.
3. Présenté un justificatif de connaissances en sciences fondamentales anatomie-physiologie (ou un diplôme ou titre professionnel compris dans la liste des professions dispensées).
4. Présenté un rapport de 10 études de cas.
5. Justifié de 6 séances de shiatsu avec des spécialistes de shiatsu au cours de son cursus
6. Présenté un certificat valide en Prévention et Secours Civiques niveau 1 (PSC1) ou d'une dispense
7. présenté d'un extrait de casier judiciaire de moins de 3 mois (bulletin n°3)

PROGRAMME 2021/2024

1ère Année	INITIATION 1	PRATIQUE 1	PRATIQUE 2	PRATIQUE AVANCEE 1		THEORIE	Travaux Dirigés
178 h	1 week-end 12 h	12 séances 36 h	14 séances 42 h	1 week-end 12 h		4 séances 16 h	30 séances 60 h
2ème Année	PRATIQUE 3	PRATIQUE 6	THEORIE 2	PRATIQUE 5	THEORIE 4 et 5	PRATIQUE du Bilan Energétique	Travaux Dirigés
201 h	14 séances 42 h	11 séances 33 h	5 séances 15 h	1 week-end 12 h	8 séances 24 h	6 séances 17h	29 séances 58 h
3ème année	PRATIQUE 7	THEORIE 4	PRATIQUE 4	APPLICA- TION			Travaux Dirigés
141 h	7 séances 21h	2 séances 7h	14 séances 42 h	29h			21 séances 42h
BLOC 2 : Assurer une prestation de Shiatsu après d'un client 360h réparties sur les trois années de formation							
BLOC 1 : Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé 160h réparties sur les deux dernières années de formation							
Total trois ans : 520 heures							

DATES & TARIFS 2021/2024

	Dates	Entreprise	Individuel
1°	Jeudi 19/22 h ou Vendredi 14/17 h d'octobre 2021 à juin 2022	1560 €	1150 €
Module d'anatomie 1° année : 100 € entreprise ou 70 € individuel			
2°	Jeudi 19/22 h ou Vendredi 14/17 h de septembre 2022 à juin 2023	1560 €	1150 €
Module d'anatomie 2° année : 100 € entreprise ou 70 € individuel			
3°	Jeudi 19/22 h ou Vendredi 14/17 h de septembre 2023 à juin 2024	1560 €	1150 €
Total 3 ans		4680 € (9 €/h)	3450 € (6,63 €/h)

Les cours ne fonctionnent pas pendant les vacances scolaires.
Les cours théoriques sont programmés le samedi matin de 9 à 13 heures.

Les ateliers de Travaux Dirigés sont programmés
le mardi 19/21 h, vendredi 14/16 h, de 14/18 h, et samedi 9/11 h et 11/13 h.