



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 cent cinquante adhérents. Une équipe de formateurs certifiés et expérimentés œuvre pour Shiatsu Nord, et propose un enseignement débouchant sur une Attestation 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

Notre formation en shiatsu représente un volume horaire de 427 heures de cours en centre de formation, plus un minimum de 200 heures de travail personnel.

La formation est scindée en deux blocs de compétences : « Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client » et « Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé », et 7 modules : « Initiation », « À la découverte de l'énergie des méridiens », « Apprentissage des méridiens », « Les différents décubitus », « Construire une séance professionnelle et adaptée », « Intuition » et « Traumatismes émotionnels ».

Description par niveau des études pratiques et théoriques

Public concerné et prérequis :

La formation est ouverte à tous, sous conditions d'aptitude physique, afin de pouvoir tenir les positions de travail au sol. Un certificat médical « apte à la pratique du sport » est demandé à l'inscription.

Objectif :

Notre formation en shiatsu vise à préparer les apprenants en vue de leur installation professionnelle comme praticien.ne.s en shiatsu.

Durée :

Le cursus proposé par Shiatsu Nord est scindé en deux blocs de compétences, représentant un total de 427 heures de formation. Ces heures sont réparties sur l'année 2024, sur 61 journées : 18 week-ends et 5 semaines. Les cours se déroulent du samedi 20 janvier 2024 au dimanche 30 novembre 2024. Les examens finaux ont lieu les 7 et 8 décembre 2024.

Au terme de la formation, et après validation des examens, Shiatsu Nord délivre l'Attestation de Praticien en Shiatsu.

Modalités et délais d'accès :

Pour toute inscription, le dossier de pré-inscription est à retourner, le 8 janvier 2024 au plus tard, à Shiatsu Nord 18 rue Davy 59000 Lille. Le dossier comprend : le bulletin de pré-inscription '*Formule Intensive*' complété (à télécharger sur le site www.shiatsu-nord.fr), une lettre de motivation, un certificat médical apte à la pratique du sport, votre extrait de casier judiciaire de moins de 3 mois (bulletin n°3), 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.

Tarifs :

L'adhésion annuelle à l'association Shiatsu Nord est de 60 €.

En financement individuel, le tarif horaire de la formation est de 8,08 € de l'heure.

Soit un total de 3 450 € pour les 427 heures de formation.

En financement entreprise, le tarif horaire est de 10,42 €.

Soit un total de 4 450 € pour les 427 heures de formation.

Les cours d'anatomie sont en supplément : 200 € pour le module en ligne proposé par le Syndicat des Professionnels de Shiatsu (SPS). Certaines professions sont dispensées de ce module.

Contact :

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

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 est scindé 2 blocs de compétences et 7 modules. Tous les modules sont obligatoires pour acquérir l'Attestation de Praticien en Shiatsu. Les évaluations théoriques et pratiques sont régulières, et un examen a lieu au terme de la formation.

La vie scolaire des apprenants est régie par un règlement intérieur que chaque participant doit signer. Les cours sont obligatoires, et une présence d'au moins 80% est nécessaire pour se présenter aux examens. Chaque apprenant possède un livret sur lequel seront notées ses présences, et où l'apprenant inscrira son travail personnel et ses participations aux salons ou à des stages de shiatsu. Ce livret justifiera du travail effectué.

L'anatomie est un module à part qui doit être réalisé avant le passage des examens finaux. En sont dispensées certaines professions médicales ou para médicales.

La pratique individuelle régulière est obligatoire. Elle devra être au minimum de 200 heures durant l'année.

L'apprenant devra avoir validé avant le passage des examens finaux, la formation aux premiers secours (PSC1) dans un centre agréé. Certaines professions médicales ou para médicales en sont dispensées.

Par ailleurs, l'organisme de formation veille à ce que l'apprenant complète son expérience en partageant, au cours de la formation, cinq séances de shiatsu avec des praticiens en shiatsu.

L'acquisition de l'expérience professionnelle se fera aussi aux travers d'une participation obligatoire aux salons et manifestations auxquels l'organisme 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

Les cours, encadrés 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.

Module 1 Initiation

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

77 heures de formation, du 20 janvier au 1er mars 2024 : 3 week-ends et 1 semaine (20/21 janvier, 3/4 février, 17/18 février, 26/27/28/29 février et 1er mars).

Evaluation pratique en fin de module.

Module 2 À la découverte de l'énergie des méridiens

Il s'agit d'acquérir les principes de la circulation de l'énergie.

56 heures de formation, du 23 mars au 21 avril 2024 : 4 week-ends (23/24 mars, 6/7 avril, 13/14 avril, 20/21 avril).

Contrôle continu.

Module 3 Méridiens

Il s'agit d'acquérir les connaissances pratiques et théoriques afin de savoir travailler chacun des 12 méridiens, et de pouvoir intervenir sur un problème énergétique simple.

77 heures de formation, du 29 avril au 30 juin 2024 : 1 semaine et 3 week-ends (29/30 avril, 1/2/3 mai, 18/19 mai, 8/9 juin, 20/30 juin).

Evaluation théorique en fin de module.

Module 4 Les différents décubitus

Il s'agit d'acquérir les connaissances pratiques pour proposer un shiatsu assis, en position de côté et sur chaise.

12 heures de formation, du 1er au 2 juin 2024 : 1 week-end.

Module 5 Construire une séance professionnelle adaptée

Il s'agit ici d'acquérir les notions avancées de shiatsu en vue de l'installation professionnelle de l'apprenant comme praticien en shiatsu. Avec l'acquisition de connaissances pour l'élaboration d'un bilan énergétique, l'apprentissage de la gestion des conditions matérielles, et la construction de séances de shiatsu personnalisées et adaptées.

112 heures de formation, du 8 juillet au 22 septembre 2024 : 2 semaines et 3 week-ends (8/9/10/11/12 juillet, 17/18 août, 26/27/28/29/30 août, 7/8 septembre, 21/22 septembre).

Contrôle continu théorique.

Module 6 Intuition

Il s'agit ici d'aborder la notion d'intuition dans la pratique du shiatsu, afin de permettre une meilleure prise en charge d'un client.

49 heures de formation, du 5 au 25 octobre : 1 week-end et 1 semaine (5/6 octobre et 21/22/23/24/25 octobre).

Contrôle continu.

Module 7 Traumatismes émotionnels

Il s'agit ici d'acquérir les notions avancées de shiatsu, avec le travail sur les traumatismes émotionnels, en vue de l'installation professionnelle de l'apprenant comme praticien en shiatsu.

28 heures de formation, du 2 au 17 novembre 2024 : 2 week-ends (2/3 et 16/17 novembre).

Contrôle continu.

Participation obligatoires aux salons, démonstrations, interventions extérieures, notamment le 29 et 30 novembre 2024. Un entraînement individuel de 200 heures minimum est exigé tout au long de l'année. Un dossier de cas pratiques (30 fiches de shiatsu) sera à préparer durant l'année. Les fiches de cinq shiatsu in situ auprès de praticiens en shiatsu devront être validées et remises pour l'évaluation finale. Examens les 7 et 8 décembre 2024.

FORMATION INTENSIVE EN SHIATSU 2024

CONTENU DE FORMATION

BLOC 2 (partie1/2) : Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client

Objectif : Acquérir les notions de base du shiatsu.

259 heures.

MODULE 1 : INITIATION AU SHIATSU : 3 week-end de 14h et 1 semaine de 35h (77h)

Objectifs : Acquérir les connaissances et gestes pratiques de base du shiatsu pour effectuer un travail de matière sur l'ensemble des parties du corps. Acquérir les notions de bases de la philosophie et de la pensée japonaise et du bilan énergétique.

Contenu de l'action :

Approche du Do-In.

Approche du shiatsu :

- 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.

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.

Evaluations :

Contrôle continu en théorie.

Evaluation pratique en fin de module. Cette évaluation 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 de l'apprenant.

MODULE 2 : À LA DÉCOUVERTE DE L'ÉNERGIE DES MÉRIDIDIENS : 4 week-ends de 14h (56h)

Objectif : Acquérir les notions de base de la circulation énergétique dans les méridiens principaux afin de pouvoir intervenir en shiatsu sur un problème énergétique simple.

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 3 : APPRENTISSAGE DES MÉRIDIDIENS : 1 semaine de 35h et 3 week-ends de 14h (77h)

Objectifs : Acquisition de connaissances théoriques concernant les 12 méridiens principaux, et intégration des méridiens dans une pratique du shiatsu.

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.

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

Evaluation :

Contrôle continu en théorie.

Evaluation pratique en fin de module. Cette évaluation consiste à effectuer l'un des 12 méridiens, 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 de l'apprenant.

MODULE 4 : LES DIFFÉRENTS DÉCUBITUS : 1 week-end de 14 h (14h)

Objectif : Acquérir les notions de shiatsu de côté, shiatsu assis et shiatsu sur chaise afin d'adapter sa pratique du shiatsu auprès de tous les publics.

Contenu de l'action :

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

BLOC 1 : 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.

126 heures.

MODULE 5 : CONSTRUIRE UNE SÉANCE PROFESSIONNELLE ET ADAPTÉE : 2 semaines de 35h et 3 week-ends de 14 h (112h)

Objectif : Acquérir les notions de shiatsu de côté, shiatsu assis et shiatsu sur chaise afin d'adapter sa pratique du shiatsu auprès de tous les publics.

Contenu de l'action :

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

- connaissance approfondie et pratique approfondie des méridiens.
- travailler les articulations : épaule, genou, coude, cheville
- 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 et des compresses de gingembre.

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.

Théorie : 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...

Evaluation :

Contrôle continu en théorie.

Evaluation pratique en fin de module.

MODULE 6 : Intuition : 1 semaine de 35h et 1 week-end de 14 h (49h)

Objectif : Acquérir les notions de shiatsu avancées, avec notamment le travail de l'intuition.

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 7 : Traumatismes émotionnels : 2 week-ends de 14 h (28h)

Objectif : Adapter sa pratique du shiatsu pour aborder le travail sur l'émotionnel dans le cadre d'une pratique professionnelle.

Contenu de l'action :

Maîtriser 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

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

MODULE 8 : Mise en pratique : 1 week-ends de 14 h (14h)

Objectif : Mettre en pratique les apprentissages de l'année auprès d'un public nouveau. Pratique sur salon / manifestation extérieure.

ENTRAÎNEMENT INDIVIDUEL

Un entraînement régulier de 200 heures minimum est exigé durant l'année. L'apprenant renseigne le travail effectué dans son livret individuel.

FORMATION AUX PREMIERS SECOURS

Afin de se présenter aux examens au terme de la formation, les apprenants doivent présenter une attestation de PSC1 de moins de 5 ans à la date de l'examen, ou une équivalence, ou une dispense.

MODULE D'ANATOMIE

Afin de se présenter aux examens au terme de la formation, les apprenants doivent justifier de connaissances en anatomie-physiologie.

Certaines professions médicales ou para-médicales peuvent bénéficier d'une dispense. Vous pouvez consulter notre site internet pour accéder à cette liste de dispenses (Menu « Les actions de formation », onglet « Contenu de l'action de formation »).

Un module d'anatomie en ligne est proposé par le syndicat des professionnels de shiatsu (SPS).

L'inscription se fait à l'adresse suivante : <https://syndicat-shiatsu-formation.fr/>

Le tarif est de 200 € pour un accès aux supports de cours et aux QCM de validation sur 12 mois.

Validation : la validation se fait par le biais de 5 QCM. Une note minimale 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.

EVALUATION EN FIN DE FORMATION

Une est prévue au terme de la formation. Les fiches d'évaluations se trouvent dans le livret de l'apprenant.

PREPARATION D'UN DOSSIER DE CAS PRATIQUE

Il est demandé à l'apprenant 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 à l'apprenant 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, l'apprenant devra prendre rendez-vous auprès de cinq praticiens 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

L'attestation de praticien en shiatsu est délivrée lorsque les conditions suivantes sont réunies.

L'apprenant 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 rapport de 10 études de cas,
4. Validé une épreuve orale de présentation de son travail de cas pratiques,
5. Présenté un justificatif de connaissances en sciences fondamentales anatomie-physiologie (ou un diplôme ou titre professionnel compris dans la liste des professions dispensées),
6. Justifié de 6 séances de shiatsu avec des praticiens en shiatsu au cours de son cursus,
7. Présenté un certificat valide en Prévention et Secours Civiques niveau 1 (PSC1) ou une dispense de moins de 5 ans en date de l'examen,
8. Présenté d'un extrait de casier judiciaire de moins de 3 mois (bulletin n°3).