



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 d'Aptitude Professionnelle 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 est scindée en deux blocs de compétences principaux :

- deux blocs sont proposés par Shiatsu Nord pour un volume total de 450 heures de cours en organisme de formation, plus un minimum de 240 heures de travail personnel.

Un troisième bloc portant sur le développement de l'activité professionnelle peut être proposé en complément par le Syndicat des Professionnels de Shiatsu (SPS) pour un volume de 28 heures de formation en e-learning.

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.

Objectif :

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

Durée :

Le cursus proposé par Shiatsu Nord est scindé en deux blocs de compétences, représentant un total de 450 heures de formation. Ces heures sont réparties sur environ 155 jours, en matinée, soirée ou après-midi, en semaine et en week-end. Les cours se déroulent de septembre à juin. Des examens ont lieu chaque année au mois de juin. Pas d'activités pendant les vacances scolaires.

Après validation de ces deux blocs de compétences par l'apprenant, le centre de formation délivre l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu.

Un troisième bloc de compétences « Développer Votre Activité » peut ensuite être proposé, au terme des deux premiers, par le Syndicat des Professionnels de Shiatsu (SPS) pour une durée de 28 heures en e-learning.

Modalités et délais d'accès :

Pour toute inscription, le dossier de pré-inscription est à retourner, le 14 septembre 2024 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.

Tarifs :

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

En financement individuel, le tarif horaire de la formation est de 7,57 € de l'heure. Soit un total de 757€ pour les 100 heures du BLOC 1 « Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé » et 2204 € pour les 290 heures du BLOC 2 « Assurer une prestation de shiatsu auprès d'un client ».

Le module de théorie de 60 heures est à 455 €.

Soit un total BLOC 1 + BLOC 2 + théorie = 3416 €.

En financement entreprise, le tarif horaire est de 10,40 €. Soit un total de 1165 € pour le BLOC 1. Et 3275 € pour le BLOC 2.

Soit un total BLOC 1 + BLOC 2 = 4440 €

Les cours d'anatomie sont en supplément : 200 € pour le module en ligne proposé par le Syndicat.

Contact :

Pour tout renseignement vous pouvez contacter Mme Amélie LECLERCQ, Assistante de Direction 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 est scindé en blocs de compétences. Tous les blocs de compétences sont obligatoires pour acquérir l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu. Les évaluations théoriques sont régulières, et un examen pratique a lieu une fois par an.

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 et en cas de transfert dans une autre école.

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 240 heures pendant le suivi des BLOCS 1 et 2, (60 heures de pratique personnelle pour le BLOC 1 et 180 pour le BLOC 2).

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 des années de formation, six 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

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'Énergie

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 de l'apprenant 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.

Participation obligatoires aux salons, démonstrations, interventions extérieures.

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

Un dossier de cas pratiques (30 fiches de shiatsu) sera à remettre et une soutenance portant sur la présentation de certains de ces cas aura lieu au mois de juin.

DESCRIPTION DES BLOCS DE COMPÉTENCES DE FORMATION PROFESSIONNELLE AU SHIATSU 2024/2027

Shiatsu Première année: Le Corps et la Matière (136h)

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

Objectif : Acquérir les notions de base du shiatsu.

136 heures.

INITIATION : 1 week-end de 12 h

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 + 8 travaux dirigés de 2 h (52 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 h + 9 travaux dirigés de 2 h (60 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 h

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

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 de l'apprenant.

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.

Shiatsu deuxième année : Les Méridiens et l'Energie (138h)

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.

103 heures.

MODULE PRATIQUE 3 : 14 séances de 3 h + 8 travaux dirigés de 2 h (58 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 + 6 travaux dirigés de 2 h (45 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.

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.

35 heures.

MODULE PRATIQUE 5 : 1 WE de 12 h + 3 TD de 2 h (18 h)

Contenu de l'action :

Travailler les articulations : épaule, genou, coude, cheville.

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 PRATIQUE DE FIN D'ANNEE

L'évaluation de fin d'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 de l'apprenant.

Shiatsu troisième année : Le Corps et l'Energie (114h)

BLOC 1 – Partie 2/2 : Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé

Objectif : Elaboration d'une séance personnalisée. Mises en situations.

65 heures.

MODULE PRATIQUE 4 : 14 séances de 3 h + 3 TD de 2 h (48 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 (17 h)

Contenu de l'action : mises en situations : rédaction de bilans énergétiques.

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.

49 heures.

MODULE PRATIQUE 7 : 7 séances de 3 h + 14 travaux dirigés de 2 h (49 h)

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

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

PARTICIPATION SALONS, DEMONSTRATION, INTERVENTIONS EXTERIEURES

Les apprenants 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 soutenance est prévue **en juin**. La grille d'évaluation se trouve 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 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.

Shiatsu : Théorie (60h)

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

36 heures.

MODULE THEORIQUE 1 : 4 séances de de 3 h 15 (13 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.

MODULE THEORIQUE 2 : 4 séances de 4 h (16 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

MODULE THEORIE 4 : 2 séances de 3 h 30 (7h)

Contenu de l'action :

La maladie. La vision orientale des système organiques.

BLOC 1 – Partie 1/2 : Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé
24 heures.

MODULE THEORIE 3 : 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...

EVALUATION ECRITE DU MODULE DE THEORIE 2

Un contrôle continu est prévu à chaque séance. L'apprenant devra avoir obtenu la moyenne pour valider. Un rattrapage est proposé le cas échéant au terme de l'année.

EVALUATION ECRITE DES MODULES DE THEORIE 1, 3 et 4

Un contrôle continu sous forme de QCM est prévu à chaque séance afin de tester les connaissances des apprenants.

EXAMEN FINAL DE FORMATION

L'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu est délivré 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 les épreuves pratiques intermédiaires de shiatsu évaluées 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. Justifié de 6 séances de shiatsu avec des spécialistes de shiatsu au cours de son cursus,
5. Présenté un certificat valide en Prévention et Secours Civiques niveau 1 (PSC1) ou une dispense,
6. Présenté d'un extrait de casier judiciaire de moins de 3 mois (bulletin n°3)
7. Présenté un rapport de 10 études de cas,
8. Validé une épreuve orale de présentation de son travail de cas pratiques.

PROGRAMME 2024/2027

2024 - 2025	INITIATION 1 1 week-end 12 h	PRATIQUE 1 12 séances 36 h	PRATIQUE 2 14 séances 42 h	PRATIQUE AVANCEE 1 1 week-end 12 h	Travaux Dirigés 17 séances 34 h		Théorie BLOC 2 (36 h)
2025 - 2026	PRATIQUE 3 14 séances 42 h	PRATIQUE 6 11 séances 33 h	Travaux Dirigés 14 séances 28 h	PRATIQUE 5 1 week-end 12 h	PRATIQUE du Bilan Energétique 6 séances 17h	Travaux Dirigés 3 séances 6 h	BLOC 1 (24 h)
2026 - 2027	PRATIQUE 4 14 séances 42 h	APPLICA- TION 17 h	Travaux Dirigés 3 séances 6 h	PRATIQUE 7 7 séances 21h	Travaux Dirigés 14 séances 28 h		60h
BLOC 2 : Assurer une prestation de Shiatsu après d'un client 324h réparties sur trois années de formation							
BLOC 1 : Accueillir le client pour l'élaboration d'un protocole personnalisé 124h réparties sur deux années de formation							
Total trois ans : 450 heures							

DATES & TARIFS 2024/2027

	Dates	Entreprise	Individuel
2024/2025	Jeudi 19/22 h (ou Vendredi 14/17 h) de septembre 2024 à juin 2025	1480 €	1140 €
2025/2026	Jeudi 19/22 h (ou Vendredi 14/17 h) de septembre 2024 à juin 2025	1480 €	1140 €
2026/2027	Jeudi 19/22 h (ou Vendredi 14/17 h) de septembre 2024 à juin 2025	1480 €	1140 €
Total 3 ans (BLOC 1 + BLOC 2)		4440 € (9,87 €/h)	3416 € (7,59 €/h)
BLOC 1 seul		985 €	757 €
BLOC 2 seul		2 865 €	2 204 €
Théorie seule		590 €	455 €

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

En 2024/2025, les ateliers de Travaux Dirigés sont programmés :
mardi 19/21h, vendredi 14/16 h, de 14/18 h, et samedi 9/11 h et 11/13 h.