



Reconnu par l'OMS, le Shiatsu permet d'aider à retrouver un équilibre physique, émotionnel et psychique au moyen de pressions manuelles.

Aujourd'hui le métier de praticien Shiatsu est intégré dans la fiche du Répertoire Opérationnel des Métiers et Emplois de Pôle Emploi sous la référence K1103

« développement personnel et bien être de la personne »

La formation prépare à la **passation du Certificat Fédéral d'Aptitude à la Pratique du Shiatsu** de la **Fédération Française de Shiatsu Traditionnel**

Objectifs :

Amener le stagiaire à maîtriser le programme du CFAPS de la FFST

Au terme de la formation le stagiaire doit être capable d'assurer l'accueil, et le suivi de son client, de lui proposer un Shiatsu adapté à son attente et à son tableau physiologique et de l'orienter vers un professionnel médical si besoin.

Compétences Opérationnelles

- Conduire une anamnèse sur les plans physiques, émotionnels et psychiques
- Etablir un bilan Shiatsu
- Choisir une stratégie d'intervention adaptée
- Mettre en pratique les techniques du Shiatsu
- Proposer des conseils préventifs personnalisés
- Assurer un suivi

Aptitudes

Connaître et appliquer la législation en vigueur et le cadre éthique

- Respecter les contre-indications au Shiatsu
- Connaître les réglementations de la pratique du Shiatsu en France
- Appliquer le Code de déontologie

Ecouter et entrer en relation

- Utiliser les outils de communication : écoute active, communication non verbale, reformulation
- Capacité à être rassurant.e, maîtrise de soi
- Conduire une anamnèse

Avoir et utiliser des connaissances théoriques

- Origines de la Santé Traditionnelle Chinoise
- Substances Vitales (le Chi, le Sang et le Jing)
- Les 5 Eléments, leurs fonctions sur les plans physiques et émotionnels
- Les méridiens classiques d'acupuncture (trajet et fonction)
- Associer les pathologies et symptômes à une lecture en Santé Traditionnelle Chinoise
- Le Zen Shiatsu
- Les Extensions des méridiens (trajets et fonctions)

Appliquer les gestes techniques du Shiatsu

- Installation anatomique du client (position, coussin...)
- Protocoles Shiatsu adapté aux plans physiques et émotionnels
- Toucher Shiatsu et Technique de travail des méridiens (pressions, déplacements, étirements...)
- Conseils Shiatsu personnalisés

PRE-REQUIS

Maîtrise de l'expression écrite et orale en français

CONDITIONS D'ACCES

Être majeur, casier judiciaire n°3 vierge

DUREE

500 h en 3 Modules

DELAI D'ACCES

De 15 jours à 6 mois

MODALITE D'ACCES

Entretien de positionnement/ Recueil des besoins/ Lettre de motivation

TARIF CURSUS COMPLET

Financement personnel 5625 €

OU

Financement par un organisme 7425 €

TARIF PAR MODULE

Financement personnel 1875 €

OU

Financement par un organisme 2475 €

FRAIS COMPLEMENTAIRES

Adhésion FFST (60€ par module)

Passation du certificat FFST :

Financement des modules Anatomie, du PSC1 et de 12 shiatsu à recevoir par un.e praticien.ne certifié.e

Tenue de sport/coussin/drap

Connexion internet pour les cours théoriques et les supports de cours

METHODES MOBILISEES

Cours théoriques :

E-learning / visioconférences

Mises en situation pratiques en

présentiel dans une salle dédiée

Supports pédagogiques écrits et

vidéos envoyés par mail

MODALITES D'EVALUATION

Cas pratiques tout au long de l'année

Epreuve écrite et pratique en fin de chaque module

Fin de Coursus : Examen FFST

(soutenance d'un mémoire, épreuve pratique)

Condition d'inscription à l'examen:

Validation de 50 h de formation

anatomie/physiologie, PSC1, 12

séances de shiatsu reçues.

ACCESSIBILITE

Personnes en situation de handicap :

contacter F. Roque pour aménager la

formation (partenariat CRFH)

INTERVENANTS

Fanny Roque Formatrice et Praticienne

Shiatsu Certifiée FFST

Intervenants extérieurs ponctuels



Formation Shiatsu Module 1

Durée : Formation 167 h

Formation : 167h

- 125 h en présentiel
- 42h de formation en ligne

- Travail personnel estimé : 280h

- 80h de pratique Shiatsu
- 200h acquisition de la théorie et rédaction de fiches pratiques

Objectifs :

- Pratique d'un Shiatsu général bien-être dans 4 positions
- Assimilation des principes théoriques de base
- Analyse des pratiques par écrit

Résultats attendus en fin de Module 1

- Auto-évaluer sa pratique personnelle du Shiatsu
- Mémoriser les enchaînements et acquérir une gestuelle adaptée aux 4 positions classiques Shiatsu Détente
- S'adapter à la morphologie de la personne recevant un Shiatsu
- Avoir un toucher soutenant et adapté
- Réaliser une anamnèse et identifier les éléments en déséquilibre

Méthodes et outils pédagogiques utilisés :

- Assimilation des outils théoriques : méthode affirmative et interrogative
- Analyse de cas (méthode inductive), mises en situation pratiques (méthode active et déductive)

Programme Théorique Module 1

- Shiatsu (historique, définition, concept, indications, contre-indications)
- Ethique / déontologie
- Points abortifs
- Hara
- Introduction à l'Energétique Orientale (Santé Traditionnelle Chinoise) / TAO
- Ki
- Système Yin Yang
- Théorie des 5 éléments
- Horloge circadienne / Règle midi minuit
- 12 méridiens (trajets, fonctions, points)
- Points Shu du dos
- Points Mu
- Bilans généraux
- 3 Foyers

Programme Pratique Module 1

- Posture corporelle, techniques de respiration, positionnements
- Techniques de toucher Shiatsu (principes de pression d'Okamoto, grands principes du Zen Shiatsu...)
- Protocole Shiatsu dans les 4 positions de base (sur le dos, sur le ventre, sur le côté, assis)
- Réalisation de bilans par le toucher et conduite d'anamnèse
- Travail des 12 méridiens
- Repérages morphologiques
- Repérage des points abortifs, des points Shu et des points Mu
- Do In ; exercices énergétiques ; travail sur le ressenti ; jeux de rôle ; mise en situation pratique

Progression annuelle Module 1 (susceptible de modification en fonction de l'avancée des stagiaires)

Session	Apports Théoriques	Pratique
1	<p>Shiatsu (historique, définition, concept, indications, contre-indications) Ethique / Code de déontologie Tao, Hara Les bilans généraux : Bo shin (observation), le Setsu shin (palpation), le Mon shin (interrogatoire) et le Bun shin (écoute et observation globales) Vocabulaire anatomique (position de référence, vocabulaire de base) Anamnèse : théorie</p>	<p>Do In : Hara Exercices sur le Hara Travail des postures et des déplacements Utilisation des cun Perception sensitive des points abortifs Anamnèse : mise en pratique Kata en décubitus ventral ½ Fiche receveur</p>
2	<p>Horloge circadienne et règle midi/minuit Théorie des 5 éléments Toucher et postures en Shiatsu (les grands principes de Masunaga et d'Okamoto)</p>	<p>Do In : Etirements Masunaga des 5 éléments Toucher et postures en Shiatsu (les grands principes de Masunaga et d'Okamoto) : application Repérages anatomiques du dos Kata en décubitus ventral 2/2</p>
3	<p>Le Métal Fonction des Méridiens Poumon et Gros Intestins en MTC Yin Yang</p>	<p>Do In : Respiration et Métal Perception sensitive des méridiens Poumon et Gros Intestin (trajet classique) Position de travail des méridiens Kata en décubitus dorsal ½</p>
4	<p>La Terre Fonctions des méridiens Estomac et Rate en MTC Les points Mu</p>	<p>Do In: Ancrage et Terre Kata en décubitus dorsal 2/2 Repérages morphologiques abdomen Perception sensitive des méridiens Estomac et Rate (trajet classique) Position de travail Perception sensitive des points Mu</p>
5	<p>L'Eau Fonctions des méridiens Rein et Vessie en MTC Les points Shu</p>	<p>Do In: Dos et Eau Perception sensitive des méridiens Vessie et Rein (trajet classique) Perception sensitive des points Shu Reprise des Kata en décubitus ventral et latéral</p>
6	<p>Le Bois Fonction des méridiens Foie et Vésicule Biliaire</p>	<p>Do In : Articulation et Bois Perception sensitive des méridiens VB et Foie (trajet classique) Kata en décubitus latéral ½</p>

7	Le Feu Fonction des méridiens Cœur et Intestin Grêle	Kata en décubitus latéral 2/2
8	Le Feu Ministre Fonction des méridiens Maître Cœur et Triple Réchauffeur 3 Foyers	Do In : Circulation et Feu Ministre Perception sensitive des méridiens MC et Triple Réchauffeur (trajet classique) Kata assis
9	Les 5 Shen Cas Clinique avec le concept Yin Yang Révisions	Reprise des 4 Katas de base et des méridiens
10	Cas Clinique avec les 5 Eléments Evaluation sommative Théorie Retour sur l'évaluation	Etirements Evaluation sommative pratique Retour sur l'évaluation Retour sur la formation

Dates de Formation 2021-2022 Module 1

Dates des cours en présentiel à venir courant Mai 2021

Cours en visioconférence en semaine de 19h à 21h

Lieu de la Formation : 12 rue des Epinettes 75017 Paris

Tarif Module 1 :

Financement par le stagiaire dans le cadre de la formation professionnelle continue : 1875 euros

OU

Financement par un organisme : 2475 euros

Durée : Formation de 167 heures

- Formation : 167h
 - 128 h en présentiel
 - 39 h de formation en ligne
 - Accès libre à tous les cours du Module 1
- Travail personnel estimé : 280h
 - 80h de pratique Shiatsu
 - 200h acquisition de la théorie et rédaction de fiches pratiques

Condition d'accès :

Avoir validé le modules 1 ou justifier de plus de 167 d'heures de formation auprès d'un organisme de formation shiatsu certifié par la FFST ou le SPS.

Objectifs :

- Utilisation des méridiens et de la théorie Zen Shiatsu pour pratiquer un Shiatsu personnalisé
- S'orienter vers une pratique professionnelle

Résultats attendus en fin de Module 2

- Réaliser un Shiatsu complet personnalisé
- Maîtriser la pratique des 12 méridiens et de leur extension
- Faire le lien entre les concepts théoriques et la pratique
- Analyse des pratiques par écrit

Méthodes et outils pédagogiques utilisés :

- Méthode affirmative et interrogative pour assimiler les concepts théoriques
- Etude de cas (méthode inductive), mises en situations pratiques (méthode active et déductive)

Programme Théorique Module 2

- Théorie de Masunaga
- 5 principes du Zen Shiatsu
- 12 méridiens avec les extensions de Masunaga et fonctions spécifiques
- Dysharmonies du Ki
- Dysharmonies du système Yin Yang
- Les cycles de dysfonctionnement
- Jing, Sang, Ki, Shen
- Les causes des maladies
- Bilans énergétiques du Hara et du dos selon Masunaga
- Tableaux Kyo et Jitsu

Programme Pratique Module 2

- Approfondissement des Katas et intégration des méridiens de Masunaga
- Points et techniques spécifiques pour la symptomatologie courante
- Méridiens Masunaga dans le cou et le visage
- Bilan énergétique du Hara et du dos
- Recherche Kyo et Jitsu
- Shiatsu récupération du sportif
- Do In ; Etirements Masunaga ; exercices énergétiques sur le Hara, le Ki ; travail sur le ressenti ; jeux de rôle

Progression annuelle Module 2 (susceptible de modification en fonction de l'avancée des stagiaires)

Week End	Apports Théoriques	Pratique
1	Théorie de Masunaga : les grands principes Kyo et Jitsu Bilan Energétique du Hara selon Masunaga	Do In : centrage Bilan Energétique du Hara selon Masunaga Reprise des méridiens classiques dans les 4 positions et approfondissement des points ½
2	Dysharmonies du Ki Les causes des maladies Jing, Sang, Ki, She	Do In : Reprise des méridiens classiques dans les 4 positions et approfondissement des points 2/2
3	Le Métal Fonction des Méridiens Poumon et Gros Intestins en Zen Shiatsu	Do In : Respiration et Métal Perception sensitive des méridiens Poumon et Gros Intestin (trajet Masunaga) Position de travail de ces deux méridiens et intégration dans les différents Katas Kata sur la respiration
4	La Terre Fonctions des méridiens Estomac et Rate en Zen Shiatsu Les cycles de dysfonctionnement	Do In : Ancrage et Terre Repérages morphologiques abdomen Ampuku Perception sensitive des méridiens Estomac et Rate (trajet Masunaga) Position de travail de ces deux méridiens
5	L'Eau Fonctions des méridiens Rein et Vessie en Zen Shiatsu Bilan énergétique du dos selon Masunaga Vaisseau Gouverneur	Do In : Dos et Eau Perception sensitive des méridiens Vessie et Rein (trajet Masunaga) Position de travail de ces deux méridiens Perception sensitive de Vaisseau Gouverneur Bilan énergétique du dos selon Masunaga
6	Le Bois Fonction des méridiens Foie et Vésicule Biliaire Zen Shiatsu Etude de cas	Do In : Articulation et Bois Perception sensitive des méridiens VB et Foie (trajet Masunaga) Kata latéral niveau 2

7	<p>Le Feu</p> <p>Fonction des méridiens Cœur et Intestin Grêle Zen Shiatsu</p> <p>Vaisseau Conception</p>	<p>Do In : Emotions et Feu</p> <p>Perception sensitive des méridiens C et IG (trajet Masunaga)</p> <p>Perception sensitive de Vaisseau Conception</p>
8	<p>Le Feu Ministre</p> <p>Fonction des méridiens Maître Cœur et Triple Réchauffeur Zen Shiatsu</p>	<p>Do In : Circulation et Feu Ministre</p> <p>Perception sensitive des méridiens MC et TR (trajet Masunaga)</p> <p>Méridiens Masunaga dans le cou</p> <p>Révision de l'ensemble des méridiens avec les extensions</p>
9	<p>Révisions</p> <p>Cas cliniques en MTC et Zen Shiatsu</p>	<p>Mise en situation : anamnèse, bilan MTC, bilan shiatsu et pratique</p> <p>Dispensaire</p>
10	<p>Théorie : récupération chez le sportif</p> <p>Evaluation sommative Théorie</p> <p>Retour sur l'évaluation</p>	<p>Kata : récupération chez le sportif</p> <p>Evaluation sommative pratique</p> <p>Retour sur l'évaluation et la formation</p>

Dates de Formation 2021-2022 Module 2

Dates des cours en présentiel à venir courant Mai 2021

Cours en visioconférence en semaine de 19h à 21h

Lieu de la Formation : 12 rue des Epinettes 75017 Paris

Tarif Module 2 :

Financement par le stagiaire dans le cadre de la formation professionnelle continue : 1875 euros

OU

Financement par un organisme : 2475 euros

Programme de Formation Shiatsu Module 3

Durée :

- Formation : 166h (20 jours)
 - 127 h en présentiel
 - 34h de formation en ligne
 - 5h supervision du mémoire

Travail personnel estimé : 380 h

- 80h de pratique Shiatsu
- 300h acquisition de la théorie et rédaction du mémoire

Condition d'accès :

Avoir validé les modules 1 et 2 ou justifier de plus de 334 d'heures de formation auprès d'un organisme de formation shiatsu certifié par la FFST ou le SPS.

Objectifs Module 3 :

- Réaliser une séance Shiatsu professionnel, personnalisée pour tout type de public (femmes enceintes, enfants, sportifs...)
- Obtenir le Certificat d'Aptitude à la Pratique du Shiatsu de la FFST
- Avoir tous les outils pour procéder à une installation en cabinet

Méthodes et outils pédagogiques utilisés :

- Pour l'assimilation des outils théoriques : méthode affirmative et interrogative
- Analyse de cas (méthode inductive), mises en situation pratiques (méthode active et déductive)
- Planification de tâches pour le suivi du mémoire

Résultats attendus en fin de Module 3

- Adopter une posture professionnelle
- Etablir un bilan énergétique
- Adapter sa pratique aux besoins et aux attentes du client.
- Mettre en pratique les techniques du Shiatsu
- Assurer un suivi et donner des conseils personnalisés
- Développer et améliorer les techniques de communication
- Gérer son entreprise (comptabilité, législation en vigueur...)
- Rédaction d'un mémoire pour se présenter à l'examen FFST

Programme Théorique Module 3

- Points Shu antiques
- Relations pathologiques des 5 éléments
- Substances fondamentales
- Merveilleux Vaisseaux
- 7 Emotions
- Shiatsu maternité
- Shiatsu et cancérologie
- Pathologies
- Préparation du mémoire et des cas cliniques
- Gestion d'un cabinet : législation, communication et comptabilité

Programme Pratique Module 3

- Shiatsu Cancérologie
- Shiatsu Maternité
- Shiatsu Enfant
- Pratique des Merveilleux Vaisseaux
- Ampuku Zukāi
- Techniques spécifiques en relation avec les pathologies (douleurs dorso-lombaires, douleurs articulaires ; dysménorrhées, addictions...)

Progression annuelle Module 3 (susceptible de modification en fonction de l'avancée des stagiaires)

Week End	Apports Théoriques	Pratique
1	Préparation du Mémoire 1/3 Contenu, plan, mode opératoire de rédaction Cas Clinique niveau 3	Do In : centrage Approfondissement de la Pratique des méridiens classiques et des extensions ½ Conduire une séance d'Auto Shiatsu 1/2
2	Points Shu Antiques Moxa Préparation du Mémoire 2/3 Cas Cliniques niveau 3	Do In : Points du Ciel Approfondissement de la Pratique des méridiens classiques et des extensions 2/2 Conduire une séance d'Auto Shiatsu 2/2 Moxas
3	Bilan énergétique de la langue Bilan énergétique des pouls Pathologies articulaires Préparation du Mémoire 3/3	Do In : Respiration et Métal Shiatsu douleurs articulaires et étirements Mise en pratique des bilans de la langue et des pouls
4	7 émotions Les émotions en Occident et en Orient Identification, lecture en Santé Traditionnelle Chinoise	Do In : Feu Ampuku Zukai Cœur/Utérus Rein/Utérus Chong Mai
5	Shiatsu Maternité Les 4 trimestres changements physiologiques et émotionnels Introduction aux Merveilleux Vaisseaux Embryogenèse des MV Fonction et Trajet de Du Mai, Ren Mai, Chong Mai et Dai Mai	Do In : Ancrage et Terre Perception sensitive des 4 Merveilleux Vaisseaux principaux Du Mai, Ren Mai, Chong Mai et Dai Mai
6	Merveilleux Vaisseaux 2/2 Théorie en Médecine Traditionnelle Chinoise Repérage des trajets	Do In : Articulation et Bois Reprise des 4 Merveilleux Vaisseaux Travail de Wei et Qiao Mai

7	Communication Comptabilité Gestion d'un cabinet (législation) (Intervenants extérieurs en plus de la formatrice)	Do In : Emotions et Feu Mise en situation de séances de Shiatsu avec des pathologies spécifiques
8	Shiatsu Cancérologie Tableau de correspondance avec les 5 Eléments Chimiothérapie, cicatrices et hormonothérapie	Utilisation des Merveilleux Vaisseaux et des méridiens classiques pour réaliser un Shiatsu chimiothérapie et Shiatsu hormonothérapie Shiatsu cicatrices
9	Relation Pathologiques entre les Eléments Shiatsu Enfant Mémoire : relecture et préparation à la soutenance	Mise en situation : anamnèse, bilan MTC, bilan shiatsu et pratique Dispensaire Préparation à l'évaluation pratique du Certificat d'Aptitude à la Pratique du Shiatsu de la FFST
10	Examen Blanc Théorie	Examen Blanc Pratique et retours

Dates de Formation 2021-2022 Module 3

Dates des cours en présentiel à venir courant Mai 2021

Cours en visioconférence en semaine de 19h à 21h

Lieu de la Formation : 12 rue des Epinettes 75017 Paris

Tarif Module 3 :

Financement par le stagiaire dans le cadre de la formation professionnelle continue : 1875 euros

OU

Financement par un organisme : 2475 euros

Modalités Pratiques à la Formation

Modalités d'évaluation :

Pratique :

- Evaluation en cours d'apprentissage :
 - Fiches de pratique à remplir et à soumettre au formateur après les Shiatsu donnés
 - techniques de Shiatsu à réaliser sur la formatrice de façon régulière
- Evaluation sommative (en fin de module) : Réalisation d'un shiatsu

Théorie :

- Evaluation en cours d'apprentissage :
 - Auto-évaluation
 - Quizz
 - Questionnaire oral
- Evaluation sommative (en fin de module): Examen écrit

Modalités d'inscription à la formation :

- Contacter Fanny Roque par mail (fanny.roque@gmail.com ou par téléphone 06 87 90 54 15)
- Retourner le document « Recueil des besoins » accompagné d'une lettre de motivation
- Après acceptation de votre inscription, retourner le contrat/la convention de formation avec un acompte de 400 euros (par chèque à l'ordre de Fanny Roque ou par virement, les CGV sont disponibles sur www.fannyroque.fr)
- Délai d'inscription environ 2 semaines (les cours commencent début septembre pour les modules 2 et 3 et début octobre pour le module 1)

Condition d'accès à la Certification FFST :

- 500 h de formation en shiatsu auprès d'un organisme de formation FFST
- Justifier d'un module de 50 heures en Anatomie/physiologie
- Avoir le volet 3 du casier judiciaire vierge
- Être titulaire du PSC1 depuis moins de 3 ans
- Avoir reçu 12 séances de Shiatsu par un.e praticien.nne Shiatsu FFST (justificatifs à présenter)
- Rédaction d'un mémoire