

## **MODULE DE DECOUVERTE DU SHIATSU INITIATION**

### **DESTINE A - PRE-REQUIS:**

- Aucun prérequis.
- Toute personne souhaitant découvrir le Shiatsu comme pratique de « bien-être », de détente adaptée à tous.
- Toute personne souhaitant enrichir ses connaissances et sa culture par l'appropriation de cette technique japonaise qu'est le Shiatsu.
- Toute personne souhaitant se reconvertir et acquérir une technique de travail sur le corps débouchant sur une pratique professionnelle du Shiatsu japonais
- Tous les professionnels de santé souhaitant acquérir une technique de travail sur le corps, basée sur les principes de la Médecine Traditionnelle Japonaise, souhaitant acquérir une technique et une méthode permettant une meilleure gestion et une meilleure compréhension des tensions corporelles et de leurs origines.
- Toute personne souhaitant élargir sa pratique professionnelle et l'offre faite à sa clientèle en terme de soins du corps et de bien-être, souhaitant adapter sa pratique professionnelle à l'évolution du marché et à la demande grandissante de ce type de travail sur le corps.

### **OBJECTIF:**

Acquérir les bases techniques de la pratique du Shiatsu japonais. **Grâce à ce premier module, accessible à tous**, il est possible de suivre un enseignement direct qui permet, à tous ceux qui le souhaitent, de pratiquer cette méthode simple mais efficace. Il leur permettra d'apporter ou de retrouver un ressenti et un bien-être incontestables. Grâce à ce module, il est déjà possible de procurer au receveur une détente, une décontraction agréable permettant d'effacer les tensions du quotidien et d'éviter ainsi qu'elles ne s'accumulent et ne se transforment notamment en blocages ou en déséquilibres plus profonds. Au delà de cela, ce module permet également d'acquérir une technique directement opérationnelle et utilisable sur le plan professionnel par les praticiens de santé.

### **DUREE DU MODULE:**

2 journées (16 heures).

### **NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM.**

20 personnes (soient 10 binômes).

### **CONTENU DU MODULE**

- Accueil et installation des stagiaires à leur arrivée.
- Présentation du programme de travail (horaires, emploi du temps etc.) et des objectifs du stage.

#### **1° journée:** (de 9 heures 30 à 18 heures 30 selon avancée du groupe)

- Pratique Générale de " Shiatsu Minna-San Dô So ". L'approche et le contact de l'autre. Le travail "général" du dos. Le travail énergétique du visage.

#### **2° journée:** ( 9 h. 30 à 18 h. 30 selon avancée du groupe)

- Pratique Générale de " Shiatsu Minna-San Dô So " (travail final). L'approche et le contact de l'autre. Le travail général et complet du dos. Le travail énergétique complet du visage. Approche théorique générale du Shiatsu . Les premières bases énergétiques. Les utilisations des techniques de Shiatsu apprises.

#### **- Fin du module d'Initiation en Shiatsu.**

- Signature des feuilles de présence.
- Remise des documents pédagogiques (planches énergétiques, fascicules et méthodes techniques de travail détaillées et illustrées de clichés réels des postures et directions de travail).
- Remise des fiches d'évaluation de la formation à compléter par le stagiaire et par le formateur.
- Collation finale et départ des stagiaires.

### **LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET CONTRÔLE DES CONNAISSANCES:**

- Travail en groupe, articulé autour de la pratique du Shiatsu japonais.
  - Travail en binôme (receveur / donneur) permettant la pratique et le ressenti des techniques enseignées.
  - Présence de 2 à 4 assistants selon la taille du groupe auprès de l'animateur, afin de faciliter l'appropriation des premières notions posturales et apporter les corrections nécessaires à un bon savoir-faire.
  - Supports d'appropriation théorique des données de base du Shiatsu japonais.
- Fourniture de tout le matériel pédagogique nécessaire au bon suivi de la formation (tatamis au sol, alèzes de protection pour la pratique des élèves, planches pédagogiques, papier, crayons, supports pédagogiques, etc.).
- En fin de chaque cycle de formation, un examen théorique et technique sanctionne les acquis du stagiaire.