



**BEATITUDE FORMATION**

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro **93.06.08454.06**

du préfet de région de Provence-Alpes-Côte d'Azur

Immatriculée au Registre de Commerce région PACA : SIRET 523 148 245 00039

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice en soin Esthétique

# SHIATSU DE BIEN-ETRE

## PROGRAMME

Date de mise à jour document : 20 / 10 / 2021



### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le shiatsu est une discipline japonaise vieille de plusieurs millénaires et qui s'inspire de la médecine traditionnelle chinoise. C'est une technique de massage reconnue au Japon dont l'objectif est de permettre le bien-être physique et psychologique.

### OBJECTIFS ET COMPETENCES DE LA FORMATION

- Apprendre les origines et les aspirations de cette technique
- Maîtriser les méridiens du corps
- Maîtriser les lignes, points et sens de la circulation
- Maîtriser les différentes manœuvres : la prise de contact, les chemins parallèles, les petits ponts, et les becs de perroquets, point pression
- Elaborer le protocole dans un temps défini

#### Public

Tout public

#### Tarif

400€

#### Duré

2 jours - 16  
heures  
Soit 2 iours de 8

#### Lieu

Nous nous déplaçons  
dans votre institut  
Ou louons une salle

## **PRE-REQUIS - MODALITES ET ACCESSIBILITE**

Pré requis : Aucun

Accès : Accessibilité aux personnes en situation de handicap nous consulter

## **MODALITES PEDAGOGIQUES**

1/ Modalités et méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours théoriques
- Exercices pratiques

2/ Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu à partir de word et power point
- Vidéo du modelage bien-être
- 4 stagiaires maximum par session avec travail en binôme
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des différentes manœuvres :  
Effleurage, lissages et points pressions, les chemins parallèles, les petits ponts, et les becs de perroquets  
Démonstration sur les postures durant le modelage
- Débriefing : Questions/Réponses
- Feedback

## **MOYENS HUMAINS : FORMATEURS, ANIMATEURS ET INTERVENANTS**

Formateur(s) : Selon les massages à enseigner, un ou plusieurs formateurs de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.

Mme Béatrice SICSIC, certifiée masseuse à la fédération française du massage de bien-être

## **DATE(S) ET DELAI D'ACCES DE LA FORMATION**

A planifier avec le formateur, variable en fonction des massages à enseigner, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire.

A compter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation.

## CONTENU DE LA FORMATION

8h30 - 9h : Présentation

9h - 10h : Théorie

- Le modelage Shiatsu
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

10h - 12h30 : Pratique

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

12h30 - 13h30 : Pause repas

13h30 - 17h : Pratique suite

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

17h - 17h30 : Fin de la première journée

- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

### **Jour 2 :**

8h30 - 8h45 : Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

8h45 - 12h30 : Pratique

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

12h30 - 13h30 : Pause repas

13h30 - 15h30 : Pratique

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

15h30 - 17h30 : Fin de la dernière journée

- Vérification des acquis
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

## SUIVI DE L'ACTION

- Feuille d'émargement
- Attestation de stage

## EVALUATION DE L'ACTION - QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION

### Avant la formation :

Un questionnaire d'entrée est mis en place pour mettre en place les objectifs ainsi que le niveau de chaque stagiaire.

### Après la formation :

- Evaluation portant sur la théorie : Contrôle de connaissances
- Evaluation d'une séance de massage : Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- Questionnaire d'évaluation à chaud et à froid par le formateur
- Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

## CONTACT

Mme Béatrice SICSIC « BEATITUDE FORMATION » Tél : 06.12.38.26.33

Adresse : 54, Avenue Maréchal Foch – 06140 VENCE

## DÉBOUCHÉS POSSIBLES

Pour les formations diplômantes Master :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen.

Par le jury, lors de l'examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massages, examen portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique).

Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'une certification « Pratique de massages bien-être »

**Le modelage proposé vise au bien-être, à la détente et à l'harmonie du corps et de l'esprit ; il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical**