

PROGRAMME DE FORMATION

## MASSAGE SHIATSU SUR CHAISE

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

Acquérir les techniques et connaissance de base pour pouvoir assurer un massage shiatsu sur chaise à sa clientèle ou son patient

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, les participants devront être capables de :

- S'assurer du bien-être du client pendant et après le massage
- Décrypter les zones de tension de son client
- Adopter la juste pression et utiliser son centre d'inertie
- Maîtriser un enchaînement de gestes techniques selon le protocole shiatsu
- Expliciter les principes de base des théories du yin/yang et les 5 éléments
- Se familiariser avec l'anatomie du dos et du système nerveux
- Identifier les contre-indications au shiatsu et au shiatsu assis
- Maîtriser ses postures pour protéger son intégrité physique

### CONTENU

#### JOUR 1

Accueil  
Présentation de l'intervenant, des objectifs de la formation  
Recueil des attentes  
Présentation du programme, rappel du cadre d'intervention  
Exercices de perception  
Théorie : la chaîne musculaire  
Ecoute du dos  
Démonstration et répétition : tête, trapèzes, cou

#### JOUR 2

Accueil / retour du jour 1/ Programme/ débriefing du jour 1  
Démonstration et répétition Omoplate : méridien Intestin grêle et zoom points, bras.  
Théorie : Le système nerveux  
Répétition dos  
Théorie articulation sacro-iliaque  
Démonstration et répétition : Iliaque et sacrum  
Dos et thorax : Étirements et frappes

#### JOUR 3

Accueil / retour du jour 2/ Programme/ débriefing du jour 2  
Théorie : yin/yang et application  
Répétitions bras/dos  
Evaluation théorique et débriefing  
Evaluation pratique et débriefing  
Débriefing stage et évaluation du stage  
Remise des certificats  
Fin du stage

**PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :** Nous consulter pour évaluer avec vous la possibilité d'adaptation de notre formation à vos besoins, si nécessaire en lien avec des organismes spécialisés (AGEFIPH, MDPH, CAP-EMPLOI ...).

### PERSONNES CONCERNÉES

Personnel paramédical (infirmière, sage-femme, aide-soignant, ...) esthéticienne, masseurs, professionnels du bien-être.  
Personnel associatif spécialisé dans l'intervention auprès d'aidants.

### PRÉREQUIS

Etre majeur.

### DURÉE

21 heures (3 jours)

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation en présentiel  
Alternance entre apports théoriques et pratiques. Mises en situation et feed-back

### ANIMATION

Formatrices spécialisées en Shiatsu, certifiée par le syndicat  
Professionnel du Shiatsu (SPS)

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

En amont de la formation :  
Test de positionnement  
Pendant la formation : Feed-back à la suite des mises en situation  
Évaluation des objectifs en fin de formation par le biais d'un questionnaire. Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation

### TARIFS

350 euros nets de taxe par participant. Organisme non assujetti à la TVA

Dates : les 9, 10 et 11 août 2024

PROGRAMME DE FORMATION  
**MASSAGE SHIATSU SUR CHAISE**