



# MARIE-HÉLÈNE REYNAUD JOANNY "SHIATSU GENERATION"

## PROGRAMME DE L'ACTION CONCOURANT AU DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES Formation de « Praticien en Shiatsu »

Octobre 2022 – Août 2025

Le centre de formation a été fondé en 2007 par Marie-Hélène Reynaud Joanny, Praticienne, "Spécialiste en Shiatsu" et enseignante certifiée, enregistrée sous le n° de SIRET 449 337 625 000 23.

L'organisme de formation de Marie-Hélène Reynaud Joanny est un organisme de formation professionnelle continue enregistré sous le n°93131348913 auprès de la DREETS (ex DIRECCTE) PACA (Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État).

La formation de "Praticien en Shiatsu" entre dans les catégories des actions concourant au développement des compétences prévues par l'article L6313-1 du Code du Travail.

### Définition du Shiatsu

Le Shiatsu, en japonais "appui du doigt" a pour fondements les techniques manuelles pratiquées depuis des millénaires en Extrême-Orient.

Le « praticien en Shiatsu » va aider la personne en demande à garder ou retrouver un équilibre sur les plans physique, émotionnel et psychique, par un travail de rétablissement de la circulation énergétique, à l'aide de "pressions" et par une relation d'aide.

### PUBLIC VISE :

Tout public capable de pratiquer au sol dans différentes positions.

### ACCESSIBILITE

La formation est accessible à toutes et à tous.

*Pour les personnes avec des besoins spécifiques, une mobilité réduite, une fatigabilité, ou encore des limitations visuelle, auditive ou autres nous vous invitons à nous contacter afin de vérifier notre capacité à vous accompagner.*

### PRE-REQUIS

Pas de prérequis pour accéder à la formation

### PROCEDURES D'ENTREE

Modalités d'accès à la formation :

Lettre de motivation + CV

Entretien avec la responsable de la formation Marie-Hélène Reynaud Joanny

Inscription par suite d'un avis favorable de la responsable de la formation Marie-Hélène Reynaud Joanny

Délai d'accès : les inscriptions doivent se faire minimum 15 jours avant le début de la formation.

### OBJECTIFS

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de pratiquer une séance de Shiatsu adaptée au "receveur" et de faire preuve d'un comportement fait de prudence, de sérieux, de respect et de confidentialité vis-à-vis de celui-ci (déontologie).

Il sera en capacité de :

- Accueillir la clientèle et analyser ses besoins :

- à la prise de rendez-vous : savoir créer un climat de confiance avec le receveur/client, demander le motif de consultation, annoncer clairement les principes du Shiatsu et préciser le déroulement de la séance et sa durée

- En début de séance : savoir conduire un échange verbal, faire preuve d'écoute active et combiner les méthodes d'évaluation des symptômes et des signes afin d'établir un bilan énergétique

- Assurer une prestation de Shiatsu auprès d'un client :

- Savoir effectuer un shiatsu adapté à l'anatomie du client (positions de travail adaptées aux besoins de la personne)

- Savoir trouver les zones de déséquilibre énergétique et les points de tension et agir pour maintenir l'homéostasie du corps du client
- En fin de séance savoir recueillir le ressenti du client, prendre en compte ses interrogations et si nécessaire l'orienter vers un professionnel de santé
- Savoir assurer le suivi du client en déterminant et planifiant les séances futures

## DUREE ET MODALITE D'ORGANISATION

Le cursus de formation de « Praticien en Shiatsu » représente un total de **520 heures de cours collectifs en présentiel réparties sur trois ans (65 jours) et 2 blocs** .

**Bloc 1** (Accueillir la clientèle et analyser ses besoins) : la **1<sup>ère</sup> année** se déroule sur 160 heures soit 20 journées.

**Bloc 2** (Assurer une prestation de Shiatsu auprès d'un client) : la **2<sup>ème</sup> année** se déroule sur 176 heures soit 22 journées et la **3<sup>ème</sup> année** se déroule sur : 184 heures soit 23 journées

L'organisation du nombre d'heures par bloc est susceptible d'aménagement, notamment pour des motifs pédagogiques ou règlementaires.

En fonction des conditions sanitaires en vigueur tout au long de la formation, ce programme pourrait être aménagé avec le remplacement de certains cours en présence par des cours à distance.

### Nombre de stagiaire

12 stagiaires par niveau au maximum (sauf dérogation)

## LIEUX ET HORAIRES

### Académie de Yoga

18, rue Victor Leydet  
13100 Aix-en-Provence

### Hôpital Nord (consultations publiques)

Pavillon Méditerranée mère- enfant (espace OASIS)  
Chemin des Bourrely – 13015 Marseille

Le lieu d'accueil des cours est susceptible de modification en cours d'année.

Si d'autres partenariats sont établis, les stagiaires seront informés des lieux des consultations publiques dans un délai au préalable d'un mois.

### Horaires des cours :

De 9h30 à 13h30 et de 14h30 à 18h30

## TARIF DU CURSUS (hors travail personnel)

Pour les stagiaires en **financement personnel**, le montant global de la formation sur 3 ans, correspondant à 520 heures de cours collectifs (65 journées) est de :

BLOC 1 / 1<sup>ère</sup> année : formation de 160 heures de cours collectifs (20 jours) – Tarif : 2 220 €

BLOC 2a / 2<sup>ème</sup> année : formation de 176 heures de cours collectifs (22 jours) – Tarif : 2 430 €

BLOC 2b / 3<sup>ème</sup> année : formation de 184 heures de cours collectifs (23 jours) – Tarif : 2 550 €

**Total formation : 7 200 €**

Pour les stagiaires bénéficiant d'un **financement** de tout ou partie de la formation, le tarif de la formation est de :

BLOC 1 / 1<sup>ère</sup> année : 2 820 €,

BLOC 2a / 2<sup>ème</sup> année : 3 030 €

BLOC 2b / 3<sup>ème</sup> année : 3 150 €

Total formation : **9 000 €**

Pour les stagiaires bénéficiant d'un **remboursement** de tout ou partie de la formation, le tarif de la formation est de :

BLOC 1 / 1<sup>ère</sup> année : 2 370 €,

BLOC 2a / 2<sup>ème</sup> année : 2 580 €

BLOC 2b / 3<sup>ème</sup> année : 2 700 €

Total formation : **7 650 €**

Le tarif de la formation pourra être soumis à modification en fonction des nouvelles réglementations et obligations des centres de

formation / organismes de formation professionnelle.

Le tarif indiqué comprend 520 heures de cours collectifs avec l'enseignant ainsi que les échanges individuels hors cours collectifs, le suivi personnalisé des exposés et de la rédaction des comptes rendus des cas pratiques, les journées événementielles et l'accès à l'espace élèves photos et vidéos.

Ne sont pas compris dans ce tarif le PSC1 (1er secours), l'Anatomie physiologie, les séances à recevoir des spécialistes/praticiens, les frais d'Examen, le suivi des comptes rendus des cas pratiques après le cursus de 3 ans.

## **LE CONTENU DE LA FORMATION**

### **920 HEURES : 520 HEURES EN CENTRE DE FORMATION ET 400 HEURES DE TRAVAIL PERSONNEL HORS CENTRE DE FORMATION**

#### **1/ CONTENU DU CURSUS EN CENTRE DE FORMATION : 520 HEURES**

##### **Contenu des cours collectifs du bloc 1: 160 heures / 20 jours (1<sup>ère</sup> année)**

L'accent est mis en permanence sur la mise en pratique des principes de l'énergétique orientale, la fluidité des mouvements, l'écoute et les ressentis.

##### Energétique orientale : 1<sup>ère</sup> approche

Principes fondamentaux du Shiatsu (Tao, Yin, Yang, etc.)

Concepts du Ki (énergie), du Yin et du Yang

Les 12 Méridiens et leurs points principaux et leurs fonctions

Vaisseaux Conception et Gouverneur points et fonctions

Les points Shu dorsaux (Yu ketsu)

les points Mo ventraux

Les points Yuan

Les 5 mouvements/éléments

Horloge circadienne

Modes d'observation et méthodes d'évaluation (qualité des méridiens, points Yu et Mo Ketsu, Yuan, questionnaire/entretien...)

Contre-indications et précautions

##### Pratique du Shiatsu : initiation

Principes de la pratique (respect et écoute de soi et de l'autre ...)

Positionnement postural, centrage et ressentis du praticien

Travail sur soi en "Do in" et étirements

Approche de la pratique du toucher du Hara (ventre)

Etirements et mobilisations des méridiens

Les différentes positions du client : Décubitus Dorsal, Ventral et Latéral et position assise

La pratique en cours se déroule de la manière suivante :

Démonstration sur un stagiaire modèle par la formatrice

Pratique en binôme supervisée par la formatrice

*Une formation aux premiers secours (PSC1) doit être faite en fin de bloc 1 (1<sup>ère</sup> année) (validité de 5 ans).*

*Un travail personnel de pratique en dehors des heures de cours est nécessaire.*

##### **Contenu des cours collectifs du bloc 2 : 176 heures / 22 jours (2<sup>ème</sup> année) et 184 heures / 23 jours (3<sup>ème</sup> année)**

L'accent est mis en permanence sur l'apprentissage pratique des principes du Shiatsu et de l'énergétique orientale, la fluidité des mouvements, l'écoute et les ressentis.

##### Énergétique orientale : approfondissement et perfectionnement

Fonctions énergétiques des organes et viscères et des méridiens selon les principes de l'Energétique Orientale

Les dynamiques du Yin et du Yang et des 5 mouvements/éléments

Les 8 principes du Yin et du Yang

Les Trois Foyers et la fabrication des énergies

Les fonctions énergétiques des merveilleux vaisseaux et des points principaux de : Vaisseau Conception, Vaisseau Gouverneur et Chong et Dae mai (Fonctions, Symptômes spécifiques, Points Maîtres...)

Les points Luo (Horloge circadienne et les Midi Minuit)

Présentation des comptes rendus des cas pratiques des stagiaires

##### Pratique du Shiatsu : approfondissement et perfectionnement

La pratique du toucher du Hara et les zones d'évaluation

Modes d'observation et méthodes d'évaluation (Hara, Kyo et Jitsu, Qualité des méridiens, Points Yu et Mu Ketsu ou points

spécifiques, Questionnaire...)

L'approche du Zen Shiatsu de Masunaga, les extensions des méridiens et la philosophie de Masunaga des Kyo et Jitsu

Étirements des méridiens et mobilisations

Utilisation des avant-bras, des coudes et genoux

Positions en Décubitus Dorsal, Ventral, Latéral et position assise

La pratique en cours se déroule de la manière suivante :

Démonstration sur un stagiaire modèle par la formatrice

Pratique en binôme supervisée par la formatrice

Jeux de rôles

Examens blancs

Consultations publiques (Dispensaires) à l'Hôpital Nord sur des jours de semaine (convention de partenariat)

*Une formation en anatomie et physiologie est nécessaire pour l'obtention du certificat de Praticien. Ces connaissances doivent être acquises en cours de cursus. Les détails et conditions de dispense sont à voir avec la responsable de la formation Marie-Hélène Reynaud Joanny.*

*Un travail personnel de pratique en dehors des heures de cours est nécessaire.*

*L'organisme de formation a une convention de partenariat avec l'Hôpital Nord (Oasis et Parenthèse) permettant aux stagiaires du bloc 2 (avec l'accord de l'enseignante) d'aller pratiquer en dehors des cours dans des conditions proches de leur future pratique professionnelle.*

## **2/ CONTENU DU TRAVAIL PERSONNEL HORS CENTRE DE FORMATION : 400 HEURES**

Mise en pratique du Shiatsu pendant l'ensemble du cursus (équivalent 230 heures)

Compte rendu des cas pratiques rédigés (équivalent 90 heures)

Obligatoires pour se présenter à l'examen de "Praticien en Shiatsu"

Rédaction des compte rendus des cas pratiques (30 séances)

A travers ces comptes rendus des cas pratiques, l'évaluation énergétique sera poursuivie et approfondie pour mener vers un Shiatsu plus personnalisé et adapté à la personne.

Chaque stagiaire est suivi et accompagné dans la préparation et la rédaction des compte rendus des cas pratiques par la responsable de la formation Marie-Hélène Reynaud Joanny, pendant le cursus de 3 ans.

PSC1 (1er secours) : (équivalent 10 heures)

Être titulaire, en fin de bloc1, d'une formation aux premiers secours PSC1 (validité 5 ans)

Anatomie / physiologie : (équivalent 60 heures)

Suivre par correspondance un cursus complet en anatomie / physiologie sur la Plateforme de formation à distance (FOAD) : <http://syndicat-shiatsu-formation.fr> (Prévoir 200€)

Certains diplômes ou activités professionnelles dispensent de l'obtention de ce cursus (liste exhaustive des dispenses consultable auprès de Marie Hélène Reynaud Joanny). Une copie du diplôme devra être fournie.

Être titulaire, en fin de bloc 2, de la formation Anatomie / physiologie.

10 Séances de Shiatsu reçues par au moins 3 professionnels différents (équivalent 10 heures)

Sur ces 10 séances, 6 doivent être reçues par au minimum 3 "Spécialistes en Shiatsu" différents enregistrés au SPS

Il importe de faire l'expérience personnelle du shiatsu. Il est impératif de recevoir au moins trois séances individuelles par an, et fortement recommandé d'en recevoir au moins une par an avec l'enseignante, Marie-Hélène Reynaud Joanny

## **3/ HORS CURSUS / Des Journées événementielles avec la formatrice pourront être organisées en cours d'année, pouvant inclure :**

- Des ateliers-dispensaires en partenariat avec l'Hôpital Nord de Marseille (APHM) et d'autres organismes (conventions entre ces organismes et le centre de formation)

- Des ateliers pratiques et journées Portes Ouvertes de l'École

- Des journées événementielles en partenariat avec d'autres structures (ex : journée Shiatsu et Alzheimer)

Ces journées événementielles sont des opportunités de pratique personnelle.

## **LES MOYENS D'ENCADREMENT**

Les cours et travaux dirigés sont dispensés par Marie-Hélène Reynaud Joanny :

- praticienne et enseignante de Shiatsu,

- certifiée du Ohashi Institute de New York,

- certifiée de l'École Laura Norman de New York pour la réflexologie plantaire,

- diplômée du New York College of Health Professions (anciennement New Center for Wholistic Health Education and

Research), licence professionnelle de Massage Therapist à l'Université de l'Etat de New York,  
- affiliée et certifiée praticienne de Shiatsu (FFST),  
- diplômée de la SFERE d'Aix-en-Provence en Energetique chinoise,  
- titulaire du Diplôme d'Acupuncture Traditionnelle Chinoise (DATC) de la Fédération nationale de médecine traditionnelle chinoise (FNMTC),  
- affiliée au SPS et titulaire du Titre de "Spécialiste en Shiatsu" (RNCP 2015 à juillet 2020).

## **LES MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

Méthode d'enseignement : démonstration et explication des séquences sur un stagiaire modèle, différentes qualités de toucher, pratiques des stagiaires en binôme supervisées par l'enseignante.

Supports pédagogiques :

- supports pédagogiques papier remis aux stagiaires à chaque début de bloc.
- espace élèves intégrant des photos, des vidéos, des documents théoriques complémentaires et des exposés d'élèves.

Matériels fournis par le centre de formation : tapis futons, coussins et zafu, couvertures, planches des méridiens, parties de squelette.

## **MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION**

### **1/ Déroulement des évaluations des blocs**

#### **Bloc 1 (1<sup>ère</sup> année)**

A l'issue du bloc de 160h, le stagiaire passe une évaluation d'école. Cette évaluation comporte une épreuve théorique écrite et une épreuve pratique.

L'admission au bloc 2 est fonction de la réussite à ces évaluations.

Il pourra être demandé au stagiaire d'approfondir sa pratique personnelle, de répéter un niveau ou une partie de celui-ci.

*Le stagiaire doit obtenir la formation aux premiers secours, PSC1 avant la fin du bloc 1.*

#### **Bloc 2a (2<sup>ème</sup> année)**

Le stagiaire passe deux épreuves théoriques écrites (une à mi-parcours et une en fin d'année) et une évaluation pratique en fin d'année.

Il peut être demandé au stagiaire d'approfondir sa pratique personnelle, de répéter un niveau ou une partie de celui-ci.

#### **Bloc 2b (3<sup>ème</sup> année)**

A l'issue du bloc 2b, le stagiaire passe une évaluation pratique (examen blanc).

Il peut être demandé au stagiaire d'approfondir sa pratique personnelle, de répéter un niveau ou une partie de celui-ci.

*Le stagiaire doit obtenir le cursus Anatomie – Physiologie avant la fin du bloc 2.*

### **2/ Examen final en vue de l'obtention du Certificat de l'École "Praticien en Shiatsu"**

Au terme de son cursus, le candidat doit être capable de pratiquer une séance de Shiatsu, adaptée au receveur, et faire preuve d'un comportement fait de prudence, de sérieux, de respect et de confidentialité vis-à-vis de celui-ci.

#### **- Conditions pour se présenter à l'examen :**

- Avoir suivi 520 heures de cours collectifs minimum
- Avoir le PSC1 (Premiers Secours) à jour (obtention fin bloc 1 - validité 5 ans) – équivalent 10h
- Avoir validé le cursus Anatomie – Physiologie (ou avoir été dispensé) – équivalent 60h en fin de bloc 2 – (Plateforme de formation à distance : <http://syndicat-shiatsu-formation.fr>)
- Avoir reçu 10 séances de Shiatsu par au minimum 3 praticiens différents\* (dont l'enseignant) au cours de la formation – équivalent 10h (\* 6 séances doivent être reçues par au minimum 3 "Spécialistes en Shiatsu")
- Avoir fourni au moins 230 heures de travail personnel de pratique hors centre de formation
- Avoir rédigé, en fin de bloc 2, les comptes rendus des 30 cas pratiques, supervisés et validés par l'enseignant – équivalent 90h
- Avoir un extrait de casier judiciaire de moins de 3 mois (bulletin n° 3)
- Régler les frais d'inscription de l'examen.

#### **- Déroulement de l'épreuve pratique :**

- entretien avec le receveur et analyse des besoins
- séance pratique
- bilan

En cas d'échec, le candidat devra se réinscrire à l'examen suivant la même procédure et s'affranchir des frais d'inscription en vigueur.

#### **Le lieu de passage de l'examen**

Les candidats au certificat seront convoqués dans un lieu communiqué en temps utile aux candidats.

**- Examen de rattrapage**

Sur décision du jury, il pourra être demandé au stagiaire qui n'aurait pas satisfait à l'épreuve pratique de passer un examen de rattrapage et/ou de suivre des modules de perfectionnement, tels que des cours collectifs ou des cours tutoriaux.

Après obtention du Certificat de l'école "Praticien en Shiatsu", le praticien pourra être amené à faire partie de jurys d'examens.