PROGRAMME DE FORMATION
« LES 7 MASSAGES© » NIVEAU II Module 1

DATE :

Par Fatima BILGEN,
Auteur et propriétaire intellectuel de la méthode « les 7 massages© » déposée à l'INPI
Docteur en Médecine Traditionnelle Chinoise, Diplômée par l'Université de médecine traditionnelle chinoise de Nanjing (République Populaire de Chine), Membre Officiel du Comité d'Experts en MTC auprès de l'Université de Nanjing RPC
Certifiée QUALIOPI N° FR086845-1 Pour « Action de Formation »
Date originale de certification le 14 Février 2024

RAISON SOCIALE -Fatima BILGEN 8, Chemin des Ruettes 78460 CHOISEL

TITRE : « LES TROIS MERIDIENS YIN DE LA MAIN »

DURÉE **: 1 jour dont 7 Heures**

INTRODUCTION

La Chine a développé de façon ancestrale des techniques populaires de massages « le massage Tui Na » dont les effets bénéfiques sont de nos jours mondialement reconnus, en particulier par l'OMS qui dans sa déclaration en 1970 a précisé que la médecine chinoise est universelle, qu'il a été prouvé que cette médecine est bénéfique pour la santé physique et psychique des individus et qu'elle peut garantir des soins de bien-être de beauté et de prévention santé sûrs, efficaces et de qualité. Ce programme d'enseignement intitulé « les 7 massages© Niveau II » fait suite à l'enseignement des « 7 massages© » Niveau I.

DESCRIPTIF DU PROTOCOLE

Ce massage issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise comporte les techniques essentielles et détaillées de massage tuina pratiqué au niveau de l'intérieur des bras, avant-bras et paume des mains. Sur un plan physique, ce massage élimine les tensions, raffermi les tissus, améliore et revigore la circulation de l'énergie, au niveau du bras et des mains, mais aussi au niveau de tout le corps, car les bénéfices se ressentent au niveau global du corps. Sur un plan psychique, ce massage apporte une détente et bien être au niveau des bras, des avant-bras, des mains et de tout le corps.

LES OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- **Être capable** d'assimiler :
  - la formation, la structure et les fonctions du système des 14 méridiens,
  - l'étude détaillée des **trois méridiens YIN de la main** situés sur la face interne des bras et des mains, ainsi que leurs principaux points d'acupression,
- **Être capable** d'acquérir les connaissances théoriques et pratiques pour savoir masser un corps dans le moindre détail, ici massage minutieux de l'intérieur des bras, partie interne des avants bras, du poignet et de la paume des mains, là où circulent **les trois méridiens YIN de la main**. Ceci dans un but de détente, d'apaisement et de bien-être,
- **Être capable** d'adapter la pratique de massage en fonction des besoins, de l'âge et de la condition de la personne qui reçoit le massage,
- **Être capable** de garder la maîtrise de soi et de travailler dans des conditions de sécurité avec l'intention de donner du bien-être avec calme et assurance,
- **Être capable** d'élargir vos connaissances ainsi que la gamme de soins proposés dans le but d'améliorer le bien-être, la beauté et la prévention santé des personnes.

LES METHODES MOBILISEES

La formatrice emploie plusieurs types de méthodes pédagogiques : la méthode « descendante » c'est-à-dire la transmission d'un savoir millénaire, pareille à celle d'un Maître à son disciple, les méthodes interrogatives et actives, les études de cas et jeux de rôles L'apprentissage est clair et facile à comprendre, non contraignant, ludique.

En ce qui concerne l'enseignement théorique

1- Un livret complet comme support pédagogique

Un Support pédagogique sous forme de livret et correspondant à l'enseignement des trois méridiens YIN de la main du système des méridiens et des points principaux d'acupuncture sera donné à chaque stagiaire. Cet outil pédagogique comporte entres-autres des planches avec vue générale pour chaque méridien, des planches pour chaque point pour mieux le localiser, ainsi que les actions bénéfiques de leur utilisation.

2- Utilisation d'un Paper bord

Il permet de dynamiser le groupe, la formatrice l'utilise pour résumer les objectifs de la formation, expliquer des points particuliers du cours au cours de son déroulement, détailler les schémas utiles à la compréhension du cours, poser des questions pour s'assurer que le cours est bien assimilé, noter les questions des élèves et d'y répondre etc….

En ce qui concerne l'enseignement pratique

La formatrice emploie la méthode démonstrative et expérientielle. Il s'agit d'un apprentissage dans des conditions réelles avec des mises en situations concrètes telles que rencontrées au travail. Il sera notamment question de retenir :

- L'apprentissage de la structure complète et détaillée **des 3 méridiens YIN de la main**, de leurs trajets, des points courants d'acupression appartenant à ces trois méridiens, les

actions bénéfiques qu'apporte chaque point pour la clientèle en termes de détente, bien-être, beauté et prévention santé,
- L'Apprentissage des différentes techniques de massage appliqué par petit groupe, avec entrainements, mises en situation, travail en binôme ou avec des modèles,
- Poste de travail : Utilisation de tables de massage par les stagiaire ainsi que de tout matériel en rapport avec (huiles, crèmes, draps, couvertures, coussins, désinfectants, etc).

LES MODALITES D'EVALUATIONS

Evaluation théorique

QCM – Questions à développer –

Le stagiaire est évalué sur les connaissances apprises en cours de stage, notamment sur le système des méridiens, leurs noms, leurs distributions, et particulièrement sur **les trois méridiens YIN de la main** étudiés. Le stagiaire sera noté sur sa facilité à localiser un point d'acupression et sur le choix, l'utilisation, en fonction des besoins de la cliente.

Evaluation pratique

Le stagiaire est évalué sur sa pratique manuelle et sur les différentes techniques du massage étudié au cours du stage. Le stagiaire sera notamment jugé sur ses capacités à détendre son modèle. Les résultats attendus en terme d'amélioration en bien-être pourront se « mesurer » sur son modèle. La notation pratique est effectuée au moyen d'une grille d'évaluation. A la fin de l'évaluation, une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire.

LE CONTENU DE LA FORMATION :

L'enseignement théorique, comprend :

- La structure générale et la composition du système des méridiens et des Collatéraux,
- L'étude détaillée **des 3 méridiens Yin de la main** sur les 14 méridiens
- La mise en pratique de cette théorie, les actions bénéfiques sur le corps et sur l'esprit de l'emploi de ces 3 méridiens, Toutes les techniques de massage Tuina sur ces 3 trajets.

L'enseignement pratique comprend :

La partie pratique de cette formation repose sur l'apprentissage de différentes techniques de massage Tui Na appliqué. Cette étude et pratique de massage concerne la partie interne des membres supérieurs où circulent **« Les trois méridiens Yin de la main »**, ce qui inclue :

- L'étude des trajets des 3 méridiens YIN de la main, directement sur la personne, avec mise en situation professionnelle, repérage et cheminements des méridiens sur la peau,
- L'apprentissage et la pratique des techniques manuelles qui régule l'énergie QI, ayant pour but le bien-être, la beauté et la prévention santé, et qui comprend :
    - Le massage spécifique concernant la face YIN interne des bras, des avant-bras ainsi que le massage spécifique du poignet et de la paume des mains.

- L'effleurage global de la tête aux pieds qui suit le cheminement des méridiens pour la détente, le bien-être et la prévention santé

DEROULEMENT PEDAGOGIQUE

Théorie

Etude et bref historique du système général des méridiens, leurs structures et actions

- L'étude approfondie et détaillée des 3 méridiens Yin de la main, leurs actions et bénéfices sur le bien-être, la beauté de la cliente et la prévention santé.
- méridiens SHOU TAIYIN du Poumon, abréviation P
- méridien SHOU JUEYIN du Péricarde, abréviation PC
- méridien SHOU SHAOYIN du Cœur, abréviation P

Pratique

- Etude, repérage et localisation des trajets des différents méridiens et points d'acupression étudiés pendant ce stage par la palpation,
- Massage appliqué sur un modèle prévu à cet effet. Alternance d'explications, de démonstrations et d'applications des différentes techniques Tui Na à utiliser pour les massages sur les méridiens trois méridiens YIN de la main.
- Analyse des difficultés rencontrées par la stagiaire, correction par la formatrice, perfectionnement dans la technique.
- Conseils à la stagiaire.
- Evaluation, débriefing et délivrance du certificat de stage.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par le formateur.
Pour faciliter la mise en application immédiate au retour de la formation, un book pédagogique et technique est remis à chaque stagiaire.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES

Si vous êtes en situation de handicap, vous pouvez être amené à avoir besoin d'un accompagnement spécifique ou d'une aide adaptée. Afin d'assurer que les moyens de la prestation de formation peuvent être adaptés à vos besoins spécifiques, vous pouvez nous contacter par téléphone ou par email.

CONTACT

Fatima BILGEN
Référent pédagogique, administratif et handicap
Tél. : 06 80 07 28 57
Email : fatimabilgen@gmail.com

PUBLIC CONCERNÉ
Tout professionnel, reconversion professionnelle, tous métiers en relation avec la beauté, la prévention de la santé humaine, tels que Esthéticiennes, Praticien de bien-être, Praticien pour la prévention santé et la santé physique et mentale des personnes, Praticiens en massages, Pharmaciens, Auxiliaires de vie auprès des personnes âgées, aides-soignants, infirmières, kinésithérapeutes, ostéopathes et toutes professions paramédicales etc…

PRÉ-REQUIS POUR LE NIVEAU 2
Avoir déjà suivi, ou être en cours de formation, en médecine traditionnelle chinoise, ou avoir suivi tout ou partie de la formation des « 7 massages© » niveau 1

DURÉE DE LA FORMATION « LES 7 MASSAGES© » NIVEAU II
7 heures réparties sur une journée

EVALUATION
Chaque stagiaire est évalué en fin de stage sur les apprentissages fixés par la formatrice. Un certificat lui sera remis en fin de stage.

NOMBRE DE STAGIAIRES
1 à 4 stagiaires maximum par session

MODALITE D'ACCES
Formation intra (au sein de l'organisation)

DELAI D'ACCES
Formation accessible sous 1 mois

TARIF
Le prix de la formation est de 390 € NET DE TVA.
Ce tarif comprend la formation de 7 heures sur 1 jour, avec délivrance d'une attestation de formation et remise d'un support papier.

INSCRIPTION / FINANCEMENT
Cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge intégrale ou partielle auprès des organismes collecteurs auxquels vous cotisez annuellement : FAFCEA, AGEFICE, OPCO EP, FAFIH, FIF PL...

LIEU
Chez FATIMA BILGEN
8, Chemin des Ruettes

78460 CHOISEL

HORAIRES
Ouverture de la salle : 9 h 20
Début de la formation : 9 h 30
Pause déjeuner : 13 h 00 à 14 h 00
Fin de la formation : 17 h 30