CENTRE DE SHIATSU
FLORENCE ALIAGA
06 07 05 27 89 – 02 31 47 57 95
ecoledumouvement@orange.fr
www.aliaga-shiatsu-caen.fr
N° Formateur
28140294014

Organisme de Formation de Shiatsu

Contenu de l'Action de Formation concourant au développement des compétences en shiatsu au niveau professionnel

Programme 2025-2026

LIEU DE LA FORMATION: Péricentre IV - 1e étage - 149 rue de la Délivrande 14000 Caen
Les cours sont dispensés par Florence Aliaga

Organisme de formation professionnelle continue n° 28 14 02940 14
Notre Organisme de Formation accompagne les apprenants jusqu'à l'obtention de l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu.
Ecole de shiatsu et d'énergétique chinoise depuis plus de 10 ans



JOINDRE L'ECOLE : 06 07 05 27 89 - 02 31 47 57 95.
Mail : ecoledumouvement@orange.fr

QUALIOPI certificat n° F0151-1-R1

PUBLICS ET PREREQUIS

- Les personnes souhaitant suivre un cursus de formation professionnelle en shiatsu.
- Professionnels du bien-être ou de la relation d'aide.

PRÉ-REQUIS

- Être majeur
- Dossier de candidature (CV + lettre de motivation)
- Entretien préalable
- Projet professionnel cohérent

ACCESSIBILITE AUX SITUATIONS DE HANDICAP

Notre Centre de Shiatsu prend en compte les personnes en situations de handicap. Pour connaître nos conditions, modalités d'accès aux formations ainsi que notre accompagnement pédagogique, nous vous demandons de remplir la demande d'inscription qui se trouve en page d'accueil de notre site ou de contacter Florence Aliaga au 06 07 05 27 89.

DURÉE ET MODALITÉS D'ORGANISATION

Bloc	Intitulé	Durée	Nombre de jours
Bloc 1	Accueillir le receveur et établir un bilan énergétique	140 h	20 jours
Bloc 2	Réaliser une séance complète de shiatsu	322 h	46 jours
Total	Formation complète	**462 h**	**66 jours**

- **Total** : 462h en présentiel soit 66 jours.
- **Rythme :** week-ends
- **Horaires :** 9h30–13h / 14h–18h - Pauses : Matin : 11h à 11h15 - Après-midi : 15h45 à 16h

PLAN DE DÉVELOPPEMENT ET ORGANISATION DE LA FORMATION 2025-2026.

BLOC 1 Promotion 2025-2026	**BLOC 2** Promotion 2024-2027	**BLOC 2** Promotion 2023-2026
13/14 sept.25 - 04/05 Oct. 08/09 nov. - 06/07 déc. 10/11 janv. 26 - 07/08 févr. 07/08mars - 11/12 avril 09/10 mai - 06/07 juin 26		
	20/21 sept 25 - 11/12 Oct. - 15/16 nov.- 17/18 Janv. 26 - 14/15 févr. - 13/14/15 mars - 18/19 avril - 16/17 mai - 13/14 juin 26.	
		27/28 sept. 25 - 18/19 oct. - 21/22/23 nov. 13/14 déc. - 23/24/25 janv.26 - 21/22 fév. - 20/21/22 mars - 24/25/26 avril - 23/24 mai -19/20/21 juin - 27/28 juin 26
140h -20 journées	133h-19 jours	189h-27jours

RYTHME ET ORGANISATION

- Formation organisée principalement les week-ends
- Enseignement en présentiel
- Possibilité de distanciel en cas de circonstances exceptionnelles

HORAIRES DE FORMATION

- Samedi et dimanche : Matin : 9h30 – 13h (Pause 11h – 11h15) et – Après-midi : 14h – 18h – (Pause 15h45 – 16h)

CERTIFICATION INTERMEDIAIRE

À l'issue du **Bloc 1 (fin de première année)**, un certificat de réalisation de formation sera délivré par le Centre de Shiatsu.

ATTESTATIONS DEMANDEES POUR LE PASSAGE DE L'EXAMEN FINAL

- **Formation en anatomie-physiologie et physiopathologie** (80 h en e-learning)
- **Module Installation réussie** : BLOC 3 : Attestation délivrée par le SPS ou par la Chambre de Commerce de Caen CCI pour le module Installation réussie.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA FORMATION DE 462 H

Les objectifs sont définis en cohérence avec les compétences visées et adaptés aux publics répondant aux prérequis d'entrée en formation.

BLOC 1 – Accueillir le receveur et établir un bilan énergétique (140 h)

À l'issue du Bloc 1, le stagiaire sera capable de :

- Accueillir le receveur dans le respect du cadre professionnel
- Recueillir les informations nécessaires à l'entretien préalable
- Identifier les déséquilibres énergétiques
- Élaborer un protocole personnalisé adapté au receveur

BLOC 2 – Réaliser une séance de shiatsu (322 h)

À l'issue du Bloc 2, le stagiaire sera capable de :

- Préparer l'espace professionnel et le matériel
- Installer le receveur dans les différentes positions
- Mettre en œuvre les techniques fondamentales du shiatsu
- Adapter la séance au bilan énergétique établi
- Réaliser un bilan de fin de séance
- Formuler des conseils adaptés au receveur

MODALITE D'EVALUATION

- Autoévaluations
- Mise en situation pratique
- Contrôle des acquis pendant la formation
- Entretien avec la formatrice.
- L'examen final des BLOC 1 et (ou) BLOC 2. L'examen de passage des BLOC 1 et BLOC 2 se déroulera simultanément, à la fin des 462 h de formation, sous l'organisation de l'organisme de formation (OF).

➢ Pour un candidat en situation de handicap, la législation française impose « le tiers temps pédagogique » pendant la durée des épreuves : 30 mn supplémentaires. L'OF précisera la situation de handicap sur la fiche « examen BLOCS 1 et 2 »

DÉLAI D'ACCÈS

- Après signature du dossier précontractuel.
- **Inscriptions Bloc 1** : Avant mi-juillet.
- **Inscriptions Bloc 2** : Avant mi-juillet.

COÛT DE LA FORMATION COMPLÈTE

- **Bloc 1** : 1377€ net de taxe
- **Bloc 2** : 2756€ net de taxe
  Pour les financements par des fonds de formation ou autres structures, contactez le centre de shiatsu pour un devis.

INEXÉCUTION TOTALE OU PARTIELLE DE L'ACTION DE FORMATION

Conformément au code du travail, si un cas de force majeure empêche la poursuite de la formation, seule la formation effectivement dispensée sera facturée. En cas d'inexécution de la formation par le stagiaire (à l'exception des cas de force majeure), une pénalité de 60% du prix de la formation non exécutée sera appliquée.
En cas d'inexécution partielle imputable à l'organisme de formation, une pénalité de 60% du prix sera également appliquée.

LES FORMATEURS

Les cours sont dispensés par :

- **Florence Aliaga**, Titre RNCP de Spécialiste en Shiatsu, Professionnelle en Shiatsu reconnue par le SPS.
- 1 assistant(e) disposant des références, titres et diplômes suivants : Titre RNCP. En complément, un(e) assistant(e) pourra assister durant la formation.
- En complément, possibilité d'intervention d'un **Professionnel en Shiatsu reconnu par le SPS**, spécialisé en énergétique orientale.

MÉTHODES MOBILISÉES - MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE

- Séances de formation dans un Dojo avec tatamis.
- Supports de cours envoyés aux stagiaires par mail avant chaque session et à produire le jour du stage.
- Travaux pratiques avec support papier, en relation directe avec les cours théoriques ou permettant la révision de certaines données antérieures.
- Études de cas concrets avec utilisation de tableaux : appréciation des résultats avec fiches d'études corrigées au cas par cas.
- La pratique occupe une place importante et commence dès le premier week-end. Elle vise à immerger les stagiaires dans la réalité de la pratique du shiatsu.
- Les conditions des travaux pratiques sont optimisées grâce à l'utilisation du dojo avec tableaux.
- Exposés théoriques avec utilisation du vidéoprojecteur.
- Cours en visioconférence en cas de crise sanitaire ou de confinement.

ENGAGEMENT QUALITÉ DE L'ORGANISME DE FORMATION

Le Centre de formation met en œuvre un dispositif structuré garantissant la qualité pédagogique et l'atteinte des compétences visées. À ce titre, il s'engage à :

- Mettre en place des évaluations formatives régulières et des contrôles continus permettant de mesurer la progression des apprentissages
- Préparer les apprenants aux exigences de l'examen final en cohérence avec le référentiel de compétences
- Assurer un accompagnement individualisé favorisant l'insertion professionnelle
- Favoriser une pédagogie active alternant apports théoriques, mises en situation et entraînements supervisés

---

MODALITÉS DE SUIVI ET D'ACCOMPAGNEMENT

Un suivi pédagogique est assuré tout au long du parcours :

- Évaluations formatives et études de cas suivies
- Feuilles d'émargement par demi-journée
- Entretiens pédagogiques individuels si nécessaire
- Attestation de présence (pour les stagiaires financés)
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation

Organisation des groupes

Afin de garantir un accompagnement individualisé :

- 12 apprenants maximum par session : Effectif maximum : Bloc 1 : 12 - Bloc 2 : 12

SANCTION DE LA FORMATION

- Certificat de réalisation du BLOC 1 et/ou du BLOC 2.
- Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu après validation complète
- Attestation de réussite des BLOCS validés

Demander le programme détaillé au Centre de Formation

Objectifs

Accueillir la clientèle et établir un bilan énergétique.
Maitriser les katas de base et les postures justes.

Programme

- Accueillir le receveur en lui expliquant les principes du Shiatsu.
- Conduire un échange verbal
- Réaliser une grille d'observation
- Faire un bilan énergétique.
- Elaborer un protocole adapté.
- Préparer l'espace de travail et le matériel nécessaire à la séance de shiatsu
- Connaître les différentes positions de travail du receveur (1e partie).

CALENDRIER BLOC 1

Du 13/09/25 au 07/06/26 -140h

13/14 septembre 25
04/05 Octobre 25
08/09 novembre 25
06/07 décembre 25
10/11 janvier 26
07/08 février 26
07/08 mars 26
11/12 avril 26
09/10 mai 26
06/07 juin 26

Evaluation annuelle des acquis: Faire un bilan énergétique - Elaborer un protocole personnalisé et adapté.
Délivrance du certificat de réalisation BLOC 1

Demander le programme détaillé au Centre de Formation

Objectifs

Réaliser une séance de shiatsu.
Réaliser un bilan de fin de séance de shiatsu (1e partie).

Programme

- Préparer l'espace de travail et le matériel nécessaire à la séance de shiatsu.
- Connaître les différentes positions de travail du receveur (2e partie). Savoir mettre en œuvre les katas de base.
- Effectuer un temps de centrage (pour le donneur) - Réaliser la prise de contact avec le receveur.
- Les cinq fatigues, ou les déséquilibres énergétiques – Les trois foyers
- Etude de Cas et discussions.
- Fonction énergétique des organes et des méridiens
- Savoir trouver les zones de déséquilibre énergétique et les traiter en réalisant des pressions en conformité avec la méthode de traitement adaptée.
- Les énergies climatiques et les grands méridiens-Les zones reflexes du dos : Haïkôshin – Les causes de la maladie - Les huit principes.
- Adapter les katas au protocole proposé.
- Adaptation et correction des positions du donneur par rapport aux techniques

CALENDRIER BLOC 2

1ère partie
Du 20/09/25 au 14/06/26 -133h

20/21 septembre 25
11/12 Octobre 25
15/16 novembre 25
17/18 janvier 26
14/15 février 26
13/14/15 mars 26
18/19 avril 26
16/17 mai 26
13/14 juin 26

Evaluation annuelle des acquis: Evaluation d'une mise en situation - Réaliser une séance de shiatsu adaptée en relation avec le bilan - Traitement à l'aide de pressions et d'autres techniques (pression rotation des paumes, étirements...)

Demander le programme détaillé au Centre de Formation

Objectifs

Réaliser une séance de Shiatsu.
Réaliser un bilan de fin de séance de shiatsu (2e partie).
Dispenser des conseils au receveur à la fin de la séance de shiatsu.
Assurer un suivi personnalisé de la clientèle dans le cadre d'une intervention en Shiatsu.

Programme

- Savoir trouver et traiter les points de tension et les zones de déséquilibres énergétiques en réalisant des pressions et la méthode de traitement adaptée
- Les points Shu antiques ou points de saison.
- Savoir maintenir l'homéostasie du corps par les katas effectués.
- Traitement du refroidissement du Poumon : Le vent froid attaque Poumon
- Les pouls radiaux - Le Shô – Exercice pratique des pouls.
- Préparation à l'examen complet BLOC 1 BLOC 2 - Les modalités - Consignes, accueil du receveur.
- Traitement de l'insomnie - Bilan énergétique général de la palpation.
- Harmoniser le receveur physiquement, émotionnellement et psychiquement.
- Entrainement à l'examen pratique des méridiens -Bilan et traitement par les points MU.
- Traitement de la fatigue - L'observation.
- Recueillir le ressenti du client et être à son écoute - Prendre en compte les interrogations du client
- Observation et traitements des déséquilibres du Cœur : Perturbation émotionnelle - Anxiété – Irritabilité- Agitation Shiatsu pour réguler le feu du Cœur et des émotions : Protocole des SHEN
- Entrainement à la pratique des points principaux dans le traitement des pathologies les plus courantes pouvant apparaitre dans le tableau du praticien
- Dispenser des conseils sur l'hygiène de vie en accord avec les préconisations gouvernementales
- Assurer le suivi du client : Elaborer un fiche d'observation

CALENDRIER BLOC 2

2ème partie
Du 27/09/25 au 28/06/26 -189h

27/28 septembre 25
18/19 Octobre 25
21/22/23 novembre 25
13/14 décembre 25
23/24/25 janvier 26
21/22 février 26
20/21/22 mars 26
24/25/26 avril 26
23/24 mai 26
19/20/21 juin 26
27/28 juin 26

Passage de l'examen BLOC 1/ BLOC 2.
L'examen de passage des BLOC 1 et BLOC 2 se passeront en même temps en vue de l'obtention de l'Attestation Aptitude Professionnelle en Shiatsu, et est organisé par l'OF à la fin des 462h de formation - Demander le programme détaillé de l'Ecole
Remise du certificat de réalisation de formation à la fin de la formation

DEROULEMENT ET MODALITES D'EVALUATION DES EXAMENS PROFESSIONNELS EN SHIATSU BLOC 1 ET 2 A LA FIN DU CURSUS COMPLET DE L'ECOLE.

Les modalités peuvent être amenées à évoluer pour des raisons pédagogiques ou règlementaires.

Prérequis pour l'examen :

- Être majeur le jour de l'examen
- PSC1 de moins de 5 ans à la date de l'examen final.
- Livret de l'Apprenant à jour
- Attestation anatomie-physiologie (ou dispense)
- Projet professionnel ou Attestation CCI ou Attestation Bloc 3 SPS.
- Casier judiciaire (bulletin n°3) de moins de 3 mois à la date de l'examen
- 6 Séances de shiatsu recues.

Modalités d'examen:

- **Convocation** : Envoi 4 semaines avant l'examen, avec la demande des documents nécessaires.
- **Jury d'examen** : Composé d'un receveur et d'un observateur.
- **Durée de l'examen** : 1h30 maximum par candidat.
- **Validation des acquis** : Note minimale requise : 12/20 pour valider une compétence.
- **Critères de validation :** Chaque bloc est validé après réussite à l'examen correspondant.
- **Attestations délivrées par le Centre de Shiatsu**:
  - Un certificat de réalisation en bonne et due forme sera délivré à la fin de la formation.
  - Une attestation professionnelle en shiatsu sera délivrée après la réussite de l'examen final des BLOC1 et 2
    Si le BLOC 1 a été passé dans un organisme de formation labéllisé (Avec une Attestation d'évaluation de ce BLOC) et le BLOC 2 dans un autre organisme de formation. C'est l'organisme de formation qui aura fait la formation du BLOC 2 qui organisera l'examen final des BLOC 1 et 2
- **Attestation délivrée par le SPS** : Remise de l'Attestation du BLOC 3 « L'installation réussie ». Après envoie du dossier complet au SPS par le candidat

---

➢ **Pour un candidat en situation de handicap, la législation française impose « le tiers temps pédagogique » pendant la durée des épreuves : 30 mn supplémentaires. L'OF devra préciser la situation de handicap sur la fiche « examen BLOCS 1 et 2 »**

Le candidat doit démontrer :

1. BLOC 1 : Accueillir le receveur et établir un bilan énergétique **(30 minutes).**
2. BLOC 2 : Réalisation d'une séance complète de Shiatsu - Présentation du projet professionnel **(60 minutes)**

Examen BLOC 1 le candidat doit démontrer sa capacité à :

- Accueillir le receveur : La tenue et la clarté des échanges avec le receveur sont essentielles.
- Réaliser un bilan énergétique : Observation, questionnement, écoute et palpation sont les méthodes utilisées.
- Expliquer le bilan énergétique : Le candidat doit décrire et justifier la stratégie proposée de manière pertinente et cohérente.

Examen BLOC 2 le candidat doit montrer sa maîtrise dans :

- L'installation du lieu et du receveur : L'espace doit respecter les normes d'hygiène et de sécurité, et il faut tenir compte des besoins du receveur.
- L'intégration des techniques et des katas : Le candidat doit utiliser les positions, les transferts, les déplacements et la respiration de manière appropriée pendant la séance.
- Les méthodes et traitements adaptés : Le traitement doit être pertinent par rapport aux déséquilibres ou tensions identifiés.
- Être à l'écoute jusqu'à la fin de la séance : L'écoute du receveur est un critère fondamental.
- Présentation de la stratégie : Le candidat doit expliquer la stratégie choisie pendant la séance en relation avec les besoins du receveur.

Présentation du projet professionnel

- Le candidat doit également présenter son projet professionnel écrit ainsi que son prévisionnel sur trois ans

---

MESURES D'ACCOMPAGNEMENT mises en place pour prévenir les décrochages et rattraper les absences ou les abandons.

Modalités d'accompagnement

- Cours de rattrapage : Des cours supplémentaires sont disponibles en cas de difficulté ou d'absences.
- Voir avec l'école pour des modalités d'accompagnement personnalisées.
- Sur le site dans espace étudiants : https://aliaga-shiatsu-caen.fr/espace-etudiant/