

FORMATIONS ZEN&QILIBRE 2021 – LYON



ORGANISATION & INSCRIPTION
 Bernard Ferlay – Zen&QiLibre
 42 rue Professeur Patel 69009 Lyon
 Tél. : 06 72 08 82 77 - 04 78 36 65 97
 beferlay@sfr.fr – <http://www.zeneqilibre.net>

Plusieurs modules de stages ou formations animés par Bernard Ferlay, Spécialiste et Enseignant en Shiatsu et Do-In, Anma, professionnel de la Relation d'aide.

Détail des modules proposés en 2021 - Descriptif et inscription pages suivantes
 Horaires : 9h-12h & 13h30-16h30 ou 17h30 - Lieu des stages : Zen&QiLibre.

** Tarif pour les élèves de Zen&QiLibre*

Sam 13/03	Sam 10/04	Dim 11/04	30/04 et 01/05 puis 22-23-24/05	Sam 19/06	Dim 20/06
Atelier Cross-patch et Taping neuromusculaire	Toucher Thérapeutique DoKi		Découvrir l'Énergétique Traditionnelle Asiatique (ETA – 35h)	Spécialiste Anma Shiatsu assis sur chaise ergonomique	
N°1	N°2		N°3	N°4	
150€ 120€*	220€ 200€*		600€	300€ 260€*	

Sam 03/07	Dim 04/07	Lun 12/07 au Ven 16/07
Réflexologie Plantaire & palmaire		Animateur Do-In 1 ^{er} module (30h) <i>indissociable du second module</i>
N°5		N°6
250€ 220€*		---

Lun 23/08 au Ven 27/08
Animateur Do In 2 nd module (30h) <i>indissociable du premier module</i>
N°6-bis
990€ 880€* module de 60h

Sam 04/09	Dim 05/09	Sam 23/10	Dim 24/10
Spécialiste Anma Shiatsu assis sur chaise ergonomique		Relaxation Coréenne Vibrations, ondulations, mobilisations passives, étirements...	
N°7		N°8	
300€ 260€*		250€ 220€*	

*En dehors de ces dates, des formations sont possibles sur une base de 250€/j en semaine.
 Des modules de Développement personnel vont être disponibles - renseignez-vous...*

Énergétique Orientale

Spécialiste & Enseignant en Shiatsu Traditionnel (FFST¹-2001, SPS²-2017) - Do-In – Anma
 Relaxation Coréenne – Réflexologie plantaire – Chromathérapie - Méthodes Niromathé et Méthode Dorn

Relation d'Aide

Techniques de Régulation Émotionnelle et Somatique, Méthode Tipi
 Praticien en Hypnose Ericksonienne & PNL, IMO, Thérapies Psycho-Énergétiques EFT, TAT
 Méthode Numen Process

¹ Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

² Syndicat Professionnel de Shiatsu

Descriptif des modules de stages proposés en 2021

Initiation Cross Patch & Taping neuromusculaire : 1 jr : 13/03 - Cette méthode complète à merveille le travail du Shiatsu dans le cadre de problèmes tendino-musculaires ou articulaires. Ces patches spécifiques (sans aucune substance) permettent en dehors de la séance, de poursuivre le travail induit par le Shiatsu. C'est aujourd'hui une technique courante en Asie qui s'appuie entre autres sur les dermatomes, les Trigger Points, la stimulation du système lymphatique... Le Taping Neuromusculaire à des fondements similaires à celui des patches mais s'utilise plus sur les Méridiens tendino-musculaires, il pourra venir renforcer ou se substituer aux Cross Patch. Ces deux techniques disposent d'un large éventail d'applications pour divers troubles ; et interviennent positivement dans la gestion de la douleur.

Toucher Thérapeutique – Do Ki : 2 jrs : 10-11/04 - Il s'agit là de techniques fluidiques offrant au corps la possibilité de retrouver un état d'harmonie. Ce sont des procédures de libération, de rééquilibrage énergétique. Il en résulte une amélioration de nombreux symptômes qu'ils soient physiques ou psychiques. Une attention particulière sera portée sur la mise en condition optimale de l'opérateur. Ces deux approches sont une interprétation contemporaine de pratiques ancestrales telles le Magnétisme, la Polarité.

Formation en ETA : 5 jrs : 2+3 jrs - 35h : 30/04 et 01/05 2021, puis 22-23-24/05 2021 - Module de formation relatif aux principales connaissances à acquérir en Énergétique Traditionnelle Asiatique. Si vous souhaitez vous initier à la théorie, à la philosophie sous-jacente, du Shiatsu familial, de la Réflexologie chinoise, du Anma, du Do-In... C'est la formation minimale indispensable en énergétique :-).

Anma : 2 jrs : 19-20/06 - Adaptation du Shiatsu traditionnel se réalisant sur une chaise ergonomique, l'Anma peut être appliqué à tout moment et sur toute personne. Moment de détente express (10 à 20 mn), il peut se donner en tout lieu grâce à la mobilité de la chaise et au fait de rester habillé pour le recevoir. L'Anma permet d'évacuer les tensions accumulées lors d'une journée de travail ; utilisé en entreprise il est l'un des meilleurs moyens pour lutter contre les TMS⁶. L'Anma est aussi très apprécié par les danseurs, les athlètes avant ou après un événement sportif, lors de congrès... C'est aussi un bon moyen pour découvrir les techniques du toucher en toute confiance ☺

Réflexologie Plantaire & Palmaire : 2 jrs : 03-04/07 - La Réflexologie étudiée a pour but de relaxer le corps par la détente des pieds et des mains. La stimulation de nombreuses terminaisons nerveuses, zones réflexes, permet de libérer les tensions et de rétablir l'équilibre dans des parties du corps en correspondances. Son action touche l'ensemble des systèmes nerveux, lymphatique, sanguin, endocrinien, les organes et les articulations. La Réflexologie Plantaire Chinoise sera étudiée lors des 3 premières demi-journées et une introduction au *SuJok* sera abordée pour les mains ensuite.

1^{er} Module d'Animateur Do-In : 5 jrs : du 12/07 au 16/07 - Pratique autonome de bien-être au quotidien, hérité des pratiques d'éveil des moines, le Do-In consiste à stimuler soi-même le Qi dans ses Méridiens pour un rééquilibrage énergétique des organes. Lié à la respiration, le Do-In intègre des exercices de conduction du Qi (*percussions, pressions...*), des postures d'étirements et de méditation. Les étirements seront issus des *Makko-Ho* et de techniques de *Seitai*, et visent à stimuler le Qi dans certaines régions engourdis du corps. L'objectif de cette formation est d'accéder à la possibilité d'animer des cours, des ateliers, tout en s'adaptant aux différents publics issus de l'entreprise, associations sportives, établissements scolaires ou d'enseignements supérieurs, centres hospitaliers ou maisons de retraite, EHPAD...
(suite du descriptif plus bas) Ce module est indissociable du second module situé en août.

2nd Module d'Animateur Do-In : 5 jrs : du 23/08 au 27/08 – Suite du descriptif - indissociable du 1^{er} module de juillet.
Des compétences en ETA³ sont nécessaires, ce qui induit un accès facile à des élèves de niveau 3^{ème} année et plus en formation Shiatsu et à des candidats déjà certifiés. L'accès à d'autres profils professionnels est possible en fonction de l'acquisition éventuelle de compétences en ETA⁴ à acquérir par des cours supplémentaires (voir ci-dessus) et par le passage du PSC1⁵. Certification d'Animateur Do-In & Stretching Seitai Zen&Qilibre.

Anma : 2 jrs : 04-05/09 - Adaptation du Shiatsu traditionnel se réalisant sur une chaise ergonomique, l'Anma peut être appliqué à tout moment et sur toute personne. Moment de détente express (10 à 20 mn), il peut se donner en tout lieu grâce à la mobilité de la chaise et au fait de rester habillé pour le recevoir. L'Anma permet d'évacuer les tensions accumulées lors d'une journée de travail ; utilisé en entreprise il est l'un des meilleurs moyens pour lutter contre les TMS⁶.

Relaxation Coréenne : 2 jrs : 23-24/10 - Les mouvements de base de ce travail sont des vibrations, des ondulations, des mobilisations passives des articulations, des étirements doux et des balancements. Utilisée seule ou intégrée au shiatsu, cette technique fut utilisée au Japon au travers d'un style très codifié dans les monastères Zen. En Corée, elle fait partie intégrante des thérapies traditionnelles.

³ Énergétique Traditionnelle Asiatique ⁵ Formation aux premiers secours ⁶ Troubles Musculo-Squelettiques

Formulaire précontractuel d'information - formations courtes.

Lire attentivement les conditions et modalités ci-après ; merci de remplir en lettre capitale le formulaire.
Signer et renvoyer une copie de ce formulaire à Zen&QiLibre.



Intitulé(s) formation(s) et N° module(s) choisis :

Mme Mlle M.

Nom : _____ **Prénom :** _____

Adresse : _____

C.P. : _____ **Ville :** _____ **Pays :** _____

Date naissance : _____ **Lieu :** _____ **Pays :** _____

Tél. fixe : _____ **et/ou Tél. portable :** _____

E-mail @ : _____

Conditions & modalités :

À réception de ce formulaire précontractuel d'information, Zen&QiLibre vous donnera en main propre ^(A) ou vous fera parvenir ^(B) un contrat de formation. A compter de la date de signature du contrat, le stagiaire a un délai de 10 ^(A) ou 14 ^(B) jours pour se rétracter ; il en informe l'organisme de formation pendant cette période par lettre recommandée avec A/R (cachet de la poste faisant foi).

Remarque : Des documents vous sont fournis en compléments selon les stages. La diffusion des documents fournis dans le cadre des formations est strictement interdite ; sauf autorisation ponctuelle explicite, les photos, enregistrements audio ou vidéo ne sont pas acceptés pendant les cours. Vous devrez prévoir de quoi noter les informations transmises.

Après avoir commencé la formation, vous vous engagez à suivre l'intégralité de la formation prévue. En cas d'abandon ou d'absence au cours du stage, quel qu'en soit le moment, la totalité du coût de la formation reste due.

Avertissement : l'approche énergétique ne se substitue pas à la médecine occidentale, mais peut se présenter plutôt comme un complément. Elle ne dispense pas d'un avis médical, sa pratique pouvant être contre-indiquée dans certaines situations. Compte tenu de la loi du 30/04/1946, décret 60669 de l'article L489 et de l'arrêté du 8/10/1996, il ne s'agit nullement de soins médicaux ou de kinésithérapie, mais de techniques de bien-être par la relaxation physique et la détente, libératrices de stress.

Suite au délai de rétractation :

Réservation & Règlement :

Option N°1 : Un premier règlement par chèque d'un montant de **30%* du coût total, non remboursable en cas de désistement (arrhes)** vous permet de réserver votre place et d'intégrer la formation. Le solde sera réglé le premier jour du stage, en un ou plusieurs chèques retiré(s) selon un échéancier défini avec le stagiaire.

Option N°2 : Règlement en espèces le jour du stage. Il est alors nécessaire d'envoyer un chèque d'un montant de **30%* du coût total, non remboursable en cas de désistement (arrhes)** vous permettant de réserver votre place. Celui-ci sera échangé le premier jour du stage, contre le règlement complet en espèces.

Membre d'une association agréée par l'administration fiscale : APLRL. Acceptant à ce titre le règlement des honoraires par chèque libellé à mon nom, bernard FERLAY.

Conformément aux articles L.616-1 et R.616-1 du code de la consommation, Zen&QiLibre a mis en place un dispositif de médiation de la consommation. L'entité de médiation retenue est : CNPM - MEDIATION - CONSOMMATION. En cas de litige, vous pouvez déposer votre réclamation sur son site : <http://cnpm-mediation-consommation.eu> ou par voie postale en écrivant à CNPM MEDIATION - CONSOMMATION - 23, rue Terrenoire 42100 SAINT ETIENNE.

Option choisie N° : _____

**arrondissez à la valeur entière inférieure.*

Montant total de la (des) formation(s) choisie(s) : _____ € **Montant des 30%* :** _____ €

Fait le _____ à _____

Signature