



FORMATION PROFESSIONNELLE

PRATICIEN EN SOINS CORPORELS AYURVÉDIQUES - 354h

FRANCE & KERALA, INDE DU SUD



**Centre
Leela**



Datadock

ayurveda
en france

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE



LEILA AMARA
RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE
FORMATRICE PRINCIPALE



**DR HARI KUMAR
BHASKAR**
FORMATEUR INDE



CAROLINE KOCAMER
INFIRMIERE
ANATOMIE-PHYSIOLOGIE



NICOLAS VIGNERON
EXPERT COMPTABLE
COMMISSAIRE AUX COMPTES
INSTALLATION PROFESSIONNELLE



JOELLE CASSANO
C.N.V COMMUNICATION
NON VIOLENTE & BIENVEILLANTE



CHARLY BALLIN
TRADUCTEUR
FORMATION CLINIQUE EN INDE

**DES INTERVENANTS SUPPLEMENTAIRES POUR LA DISCUSSION
AUTOUR DE L'AYURVEDA - MODULE DE MAI**

**Nos Formateurs & Intervenants ont été choisis de par leur sérieux,
leurs investissement dans la discipline de l'Ayurveda, du Yoga et de
l'énergétique, tous sont diplômés & expérimentés.**

Praticien Thérapeute en soins corporels Ayurvediques - France & Inde

204h avec les formateurs (150H Travaux personnels)

Objectifs

Pédagogie fondée sur l'apprentissage théorique et pratique des soins corporels Ayurvédiques

L'essence de cette formation se définit autour de plusieurs axes principaux :

- > Evaluer la constitution personnelle physique et mentale (prakriti)
- > Evaluer les déséquilibres physiques et mentaux (vikritis)
- > Acquérir des gestes professionnels et des méthodes de travail afin d' Adapter les soins corporels enseignés et après avoir au préalable établi un bilan de manière à personnaliser le soin.
- > La formation en Inde traitera les doshas d'une manière plus ciblée par des soins spécifiques : maîtriser les Soins Vata, Pitta & Kapha ; Etablir un diagnostic Ayurvédique après études de cas des déséquilibres Vata, Pitta & Kapha.

La formation a également pour objectif de se :

- > professionnaliser : accueil de la clientèle, conseils, informations, fin de soin.
- > maîtriser Les aspects juridiques en lien à l'installation d'une Entreprise individuelle.
- > savoir communiquer de façon non violente pour améliorer les relations dans le cadre du travail et de sa vie personnelle.
- > construire et valider un projet professionnel.
- > appliquer sur soi plusieurs outils de bien-être et de la gestion du stress de manière à préserver la santé du Thérapeute et être en cohérence avec les soins qu'il propose.

Pour qui ? : Tout public

Prérequis : Études secondaires , entretien individuel

Organisation Pédagogique : Présentiel, à distance + travaux personnels

Moyens pédagogiques :

Support de cours théorique et pratique tout au long de l'année,
Stage en entreprise
Tutoriel remis en fin de formation.

Moyens techniques : Salle théorie : chaises, tables, tableau, wifi, vidéo projecteur, support de cours.

Salle pratique : Salle de 60 à 90m2 bien chauffée, plateau techniques : tables de massage en Inde, huiles ayurvédiques, huiles, essentielles, produits de beauté ayurvédiques, et tout matériel susceptible correspondant au module enseigné.

Prévoir votre table de massage pour les modules en France et matériel de révisions du module de juin communiqué lors de la présentation du plan de formation.

Parking : gratuit. Apporter de quoi écrire ou son ordinateur, tablette.

Encadrement : Voir l'équipe pédagogique citée ci dessus. La formatrice et tous nos intervenants sont professionnels, expérimentés et diplômés.

Suivi d'exécution : Feuille de présence signée par demi journée.

Résultats : Évaluation en continu + enquête de satisfaction.

Informations pratiques - 204h avec les formateurs + 150h de travaux personnels.

Voir dates (calendrier à télécharger sur notre site)

Hébergements France : listes fournies : hôtels, gîte en auto gestion, chambres d'hôtes, camping dès la validation de votre inscription (La solution la plus choisie par nos étudiants est la formule Gîte en commun avec repas-partage - Coût approximatif : 20 à 35€ / nuitée).

Repas : restaurants et snackings à proximité des lieux de formations.

Horaires : 9h à 13h avec pause de 15 min, 14h à 18h avec pause de 15mn, pause repas de 1h.

Infos tarifs :

Auto financement : 3425 € TTC paiement échelonné

Ce coût comprend :

Enseignement théorique et pratique

Frais de dossier

Référencement et accompagnement professionnel

Frais d'hébergement : Les frais d'hébergement sont à la charge du stagiaire.

CE PRIX NE COMPREND PAS LE VOL ET VOS DEPLACEMENT EN FRANCE & EN INDE.

Modalités pratiques transmises par mail un mois avant la formation : liste des participants, liste hébergements, lieux des formations, etc..

A l'issue de la formation et après évaluation d'un mémoire, vous obtiendrez le titre de :
«Thérapeute en soins corporels Ayurvédiques» 350H (dont 150h de travaux personnels)

Ce Titre est reconnu par l'organisme de la formation professionnelle continue et l'association des professionnels de Ayurveda en France vous permettra d'exercer en toute légalité.

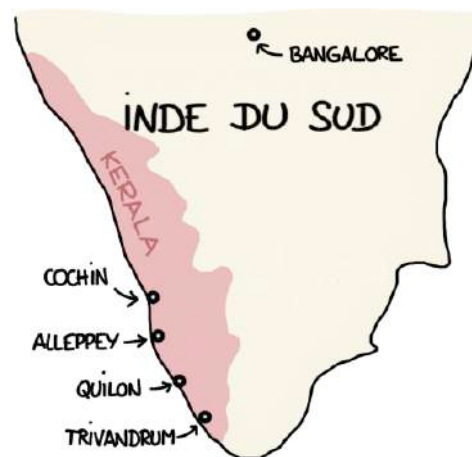
Cette formation ne remplace pas un avis médical, elle ne se substitue pas aux actes de kinésithérapie.

Le contenu , le design le concept et la méthodologie de cette brochure est la propriété du Centre Leela (Leila Amara)
Tout plagiat, toute utilisation et diffusion sous quelle que forme que se soit sans l'autorisation du propriétaire vous exposera à des poursuites judiciaires.

DEROULEMENT DU SÉJOUR & FORMATION RESIDENTIELLE EN INDE

DÉROULEMENT DU VOYAGE INDE DU SUD

- > Départ de Roissy - CDG : ROISSY - TRIVANDRUM
- > Arrivée à TRIVANDRUM
- > Direction hôtel pour se reposer.
- > Départ pour Vallamkulam (Clinique du Dr Hari pour la formation)
- > FORMATION (modules 3 & 4)
- > Tourisme (suggestion fournie en annexe)
- > Retour en France : (Thiruvananthapuram, Kerala) - Roissy.
- > + d'infos lors de nos prochaines portes ouvertes (voir site web).



nb : Vous pouvez faire votre voyage depuis un autre aéroport international que Roissy vers Trivandrum.

PROGRAMME TOURISME FACULTATIF

Une suggestion de circuit touristique vous sera proposée par le Centre en annexe de ce programme.

PROGRAMME FORMATION 350H

204h auprès des formateurs & 150h de travaux personnels

Module 1 : Présentation du plan de formation

Module 2 : LES FONDAMENTAUX DE L'AYURVEDA

Lors de ce module en tronc commun, nous aborderons les bases :

- > Aspects spirituels et les origines divines de l'Ayurveda ;
- > Concepts philosophiques et psychologiques ;
- > Concepts de la création selon le samkhya ;
- > Étude des interrelations de l'être humain et son environnement ;
- > Origines et histoire de L'AYURVEDA jusqu'à nos jours ;
- > Comment adapter une discipline ancestrale dans nos vies modernes ;
- > Les différentes branches de l'Ayurveda ;
- > Les objectifs de L'Ayurveda d'hier à aujourd'hui ;
- > Le concept de Satva, Rajas et Tamas ;
- > La constitution psychique ;
- > Concept des Tridoshas Vata, Pitta, Kapha à partir de l'observation des 5 éléments ;
- > Sous Doshas, Gunas, Dhatus, Upadhatus ;
- > Anatomie et physiologie par correspondance ;
- > La fonction des différents systèmes sanguin, musculaire, lymphatique etc.



Module 3 en France

Massage - Soins - ABHYANGA TRIDOSHA

- > Préparation du thérapeute par quelques techniques (exercices de Yoga, respiration et énergie pranique) avant chaque soin donné.
- > Composition d'huiles aux plantes sauvages adaptées aux Vikritis (déséquilibres) ou aux Prakritis (constitution).
- > Technique de massage, fluidité et enchaînements pour Vatadosha, pitta dosha, kapha dosha pour l'arrière et le devant du corps.
- > Maîtrise des enchaînements et fluidité des différents touchers. > Techniques de massage pour augmenter l'énergie et Agni afin d'éliminer les toxines.



L'abhyanga est un massage à l'huile chaude. Il fait partie des thérapies Snehana, qui signifie l'application d'huile ou l'oléation, Sneh signifiant amour et compassion en sanskrit.



Nous pouvons donc comprendre, comment dans notre monde, où les rapports humains, l'agitation, les excès d'hygiène, la guerre au cholestérol, la chaleur qui augmente du fait du réchauffement climatique amènent une qualité de sécheresse de plus en plus grande, le massage à l'huile apporte une vraie qualité de soins, d'amour et de sécurité à celui qui le reçoit.

Module 4

Anatomie et Physiologie

> La fonction des différents systèmes sanguin, musculaire, lymphatique, etc.

Module 5 : Révision et organisation du voyage en Inde

Modules 6 & 7 en Inde :

La Formation en Inde est conçue sous forme de deux modules qui apporteront des outils et solutions concrètes. Chacun d'entre eux sera consacré à l'approfondissement théorique et à l'apprentissage des techniques spécifiques destinées à pacifier l'une des trois forces vitales, au moment de l'année où elle se manifeste naturellement et tend à être déséquilibrée : Vata au début de l'automne, Kapha au printemps et Pitta au début de l'été. Ceci permettra à chacun(e) de faire l'expérience des bienfaits des soins.

L'Ayurveda, au-delà des connaissances et techniques, nécessite de développer un grand sens de l'observation pour voir l'intelligence du Vivant à l'œuvre autour de nous.

L'APPROCHE THÉORIQUE AVEC LE DR HARI KUMAR BHASKAR & SON EQUIPE

sera répartie sur les 2 modules de formation. Nous aborderons notamment :

- > Le mouvement : les principes du mouvement dans la pratique du massage, comprendre le rôle spécifique de Vata.
- > Les doshas : révision et approfondissement de la manifestation des doshas à travers notamment les âges de la vie, les saisons, les moments de la journée.
- > Le bilan Ayurvédique préalable à tout soin : quels sont les moyens concrets pour pouvoir rapidement évaluer la constitution du client (Prakriti) et ses déséquilibres (Vikriti) afin d'adapter les soins spécifiques et l'approche globale individualisée .
- > observation de la langue, des ongles, questionnaire préalable.
- > La présence de toxines : comment évaluer la présence d'ama (toxines dans le corps), qui rend certains soins contre-indiqués, pour orienter les soins adaptés
- > Approche psycho-émotionnelle personnalisée : comment s'adapter à chaque patient selon sa constitution pour rendre le soin confortable et sécurisant.



Dr Hari Kumar Bhaskar

Agni le feu digestif et sa fonction

- > Ama, les toxines physiques et psychiques
- > Les canaux physiques et subtiles (Shrotas, nadis)
- > L'importance de la zone digestive etc
- > Système des Shrotas (canaux circulant dans le corps), etc.
- > Déterminer la constitution (Prakriti) et les déséquilibres (vikritis)



Soins VATA (Inde)

- > Shirodhara, Filet d'huile sur le front : ce soin détend le système nerveux et libère des tensions.
- > Picchu : Compresse pour les zones douloureuses.
- > Swedan : Le bain de chaleur Ayurvédique à la vapeur et aux plantes en théorie uniquement.
- > Les snehas Basti : Lavement intestinal gras contre la constipation et les désordres du côlon. en théorie uniquement.
- > Navarakiri : Massage aux tampons de riz herborisés pour les rhumatismes articulaires ou la fatigue musculaire.
- > Shiro basti , réception d'huile au milieu du crâne : ce soin est proposé pour les désordres psychiques.

Ces soins apaisent fortement le stress dû au déséquilibre de Vata, diminuent la fatigue et les douleurs articulaires, nourrissent et harmonisent l'être dans sa globalité.

Sur le plan émotionnel, diminuent la peur, l'anxiété.



Soins KAPHA (Inde)

- > Massage Oudvarthana : le massage aux poudres pour la perte de poids et la cellulite, draine les toxines.
- > Massage gharshan : massage langhana (alléger) au gant de soie. Permet de gommer, faire circuler, éliminer les toxines.
- > Nasya : le soin des sinus et massage de la tête et du haut du corps.

Ces soins permettent d'alléger le corps par des techniques spécifiques mêlant des herbes, des poudres, de la vapeur afin de libérer l'excès de mucosités, de mieux faire circuler la lymphe et libérer les toxines par les émonctoires naturels du corps.

Sur le plan émotionnel diminuent les attachements et possessions excessifs.



Soins PITTA (Inde)

- > Les kiris : Tampons aux plantes fraîches pour soulager les inflammations des muscles et des tendons.
- > Kansu : le massage des pieds au bol très apaisant pour améliorer la vue.
- > Netra Tarpana , les soins des yeux au ghee.
- > Virechana : la purge simplifiée pour extraire l'excès de pitta du corps.

Ces soins à base de produits rafraîchissants permettent de diminuer l'inflammation due à une trop grande chaleur dans le corps. Sur le plan émotionnel diminuent la colère, l'irritabilité.



Module 8 en France : Révision & adaptation.

Ces révisions vous aideront
à utiliser les soins appris en Inde en les adaptant aux contexte
occidental.



Module 9 en Visio : Professionnalisation

Communication non violente

> Accompagnement du client par une approche psychologique en fonction du tempérament de chaque personne.

Stage en Entreprise

> Le bien être dans le travail : comment présenter l'Ayurveda comme outil de bien - être et de connaissance de soi comme solution à la gestion de stress au sein de structures entreprises, associations, milieu éducatif.

Installation professionnelle et marketing

> Comment vous installer, quels statuts juridiques.

Discussion autour de l'Ayurveda

> La santé globale et les causes des déséquilibres (vikritis) : révision, intégration, conclusion de l'année de formation.

