

FORMATION PROFESSIONNELLE CERTIFIÉE M.T.A  
*Médecine traditionnelle Ayurvédique*

**THERAPEUTE EN SOINS CORPORELS AYURVÉDIQUES**  
**SUMMER SESSION - 360H**



**Centre  
Leela**



Datadock

**ayurveda**  
en france

## Découvrez la « Summer Session » : une formation estivale en immersion !

Pour tous ceux dont l'emploi du temps est chargé pendant l'année et qui souhaitent se former sur une courte durée, Le Centre Leela a conçu la formule « Summer Session ». Un concept de formation en immersion, plein d'atouts.

### 4 bonnes raisons de choisir la Summer Session !

- La formation a lieu en grande partie en Juillet (Isère) : elle permet à ceux qui exercent un métier le reste de l'année de **se former pendant leurs congés**. Cette formation est identique au Coursus 1 de la formation Thérapeute en soins corporels - 950h, Promo Septembre. Seule la formule diffère. Elle vous permet également de faire une passerelle vers les coursus 2 & 3 de la formation 950h.
- **La formation est une formule en « totale immersion »** : pendant 1 mois, vous pensez et vous vivez votre formation en continu ! Cela vous permet une meilleure concentration, un meilleur investissement personnel. Avec cette formule, nous avons constaté de meilleurs résultats chez les étudiants. Et c'est pourquoi nous continuons à la proposer.
- **Vous rencontrez des personnes de tout horizon** avec qui vous allez créer des liens. Ce mois passé ensemble, en immersion, enrichira votre expérience et vos savoirs.
- **Situé dans des régions touristiques**, le Centre Leela vous conseillera la visite des lieux protégés exceptionnels, où la nature invite à la sérénité.

## M.T.A.

### Médecine Traditionnelle Ayurvédique

L'Ayurveda que nous étudions est axée sur la prévention, elle s'intéresse aux causes et à la mise en place d'outils naturels pour retrouver l'équilibre, l'unité de manière à permettre au corps et à l'esprit de retrouver son intelligence et de revenir à l'état de Santé.

La santé en Ayurvédica est notre origine et notre dessein, pour cela, l'Ayurveda dispose de plusieurs outils thérapeutiques tous aussi efficaces les uns que les autres.

### Le métier de Thérapeute en soins corporels Ayurvédiques

Observe, écoute son client dans la bienveillance ;

Pose un diagnostic générale avec la méthodologie Ayurvédique ;

Propose un protocole de soins ;

Conseille en matière d'hygiène de vie ;

Respecte la déontologie, le respect de la pratique de la charte du Praticien Thérapeute en soins corporels Ayurvédiques & énergétiques qu'il ou elle a signé(e) lors de la formation.

# Formation professionnalisante

## « Thérapeute en soins corporels Ayurvédiques » - Cours 1

### 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 :**

- > Définir la constitution personnelle physique et mentale (prakriti)
- > Définir 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.
- > Respecter la charte et la déontologie lors des soins
- > Appliquer les consignes d'hygiène et de sécurité

**La formation a également pour objectif la professionnalisation :**

- > Accueillir la clientèle, conseiller informer.
- > Maîtriser les aspects juridiques en lien à l'installation d'une entreprise individuelle.
- > Maîtriser les outils de la communication 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 outils des outils bien-être et de la gestion du stress et ainsi préserver la santé du thérapeute de manière à être en cohérence avec les soins qu'il propose.

**Pour qui ? :** Tout public

**Prérequis :** Entretien individuel

**Organisation Pédagogique :** Présentiel, distanciel, travaux personnels & webinaires de révisions.

**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, tableau, wifi, vidéo projecteur, support de cours.

Salle pratique : Salle de 60 à 150m2 bien chauffée, plateau techniques : huiles ayurvédiques, huiles essentielles, produits de beauté ayurvédiques, et tout matériel susceptible correspondant au module enseigné.

Apporter de quoi écrire ou son ordinateur, tablette.

**Encadrement :** Voir l'équipe pédagogique citée ci-dessous. 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.

**Après l'obtention de votre certification, vous êtes opérationnel rapidement. Vous aurez le choix d'exercer :**

En profession libérale ;  
Sous forme associative ;  
En free-lance ;  
Dans des structures maison de santé ;  
En EHPAD ;  
En SPA ;  
Dans les structures hôtelières ;  
Campings, chambre d'hôte ;  
Dans les Structures éducatives ;  
En complément de votre activité...  
Les possibilités sont nombreuses.

### **Visibilité**

Après l'obtention de votre certification, vous êtes admis sur la liste des praticiens du Centre Leela. Pour + de visibilité encore, nous vous invitons à adhérer à Ayurveda France (portail des professionnels de l'Ayurveda). Cette double visibilité vous permettra un retour clientèle.

### **Post-Formation**

Il est recommandé tout en continuant d'exercer de continuer vos études en faisant le cursus 2 & 3 afin d'enrichir votre carte de soins.

## Informations pratiques Cursus 1

200 h de formation + 160h de travail personnel + 8h stage entreprise

Accédez au calendrier de votre formation en [cliquant-ici](#).

---

### Formule Summer Session / Université d'Été

Ma formation en soins corporels "Summer Session" est proposée dans plusieurs régions, vous pouvez choisir le lieu qui vous convient le mieux en [cliquant ici](#) !

**Hébergements non compris dans le prix de la formation :** Listes fournies dès validation de votre inscription : hôtels, gîte en auto gestion, chambres d'hôtes, camping (La solution la plus choisie par nos étudiants est la formule Gîte en commun avec repas-partage).

**Repas :** Restaurants et snackings à proximité des lieux de formations.

**Horaires :** 8h45 - 13h & 14h - 18h. Dont deux pauses de 15mins par demi-journée.  
Un espace tisanderie - café est mis à la disposition des stagiaires, pause repas de 1h.

**Coût de la formation détaillé sur notre site web en [cliquant-ici](#).**

**Budget approximatif du matériel à prévoir pour votre pratique de soins corporels :** Environ 120 à 150€

**Modalités pratiques transmises par mail après inscription :** contrat ou convention de formation ; liste des participants ; listes des hébergements ; liste du matériel à fournir, lieux des formations, etc..

A l'issue du Cursus 1 et après évaluation, vous obtiendrez le titre de :

**« Certificat M.T.A. Thérapeute en soins corporels Ayurvédiques » Cursus 1**

**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.*

### THEORIE

#### Les bases de l'Ayurveda

- > 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
- > La philosophie du Samkhya expliquant notre incarnation psychophysique
- > 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
- > Agni le feu digestif et sa fonction
- > Ama, les toxines physiques et psychiques
- > L'importance de la zone digestive
- > Système des Shrotas (canaux circulant dans le corps)
- > Déterminer la constitution (Prakriti) et les déséquilibres (vikritis)
- > Anatomie et physiologie par correspondance
- > La fonction des différents systèmes sanguin, musculaire, lymphatique, etc.



- > Composition d'huiles aux plantes sauvages adaptées aux Vikritis ou aux Prakritis.
- > Technique de massage et enchaînements pour pacifier Vata dosha
- > Révision
- > Techniques de massage pour augmenter l'énergie et Agni afin d'éliminer les toxines
- > Apprendre les enchaînements et la fluidité.



- > Révision +
- > Techniques de massage pour dénouer les tensions musculaires, libérer les émotions, créer de l'espace pour une meilleure circulation,
- > Stimuler et libérer les stagnations par des techniques de vibrations,
- > Maîtrise des enchaînements et fluidité des différents touches,
- > Techniques de relaxation pendant le massage,



- > Révision après chaque technique,
- > Massage pieds, mains, tête,
- > Travail de groupe : études de cas Prakriti & Vikritis ,  
(constitution de la personne et ses déséquilibres).



### **Autres abhyangas :**

- > Abhyanga simple 40 mins pour les 3 doshas,
- > Auto-massage (auto-Abhyanga),
- > Protocole de soins pour Vata, Pitta, Kapha.

### **Massage Tridosha :**

- > Abhyanga Kéralais avec de grandes quantités d'huiles

### **Prânathérapie Soins subtils :**

- > Fonction de la force vitale (prana) et son fonctionnement
- > Techniques de soins subtils par la Yogathérapie



### **Ergonomie :**

- > Les postures bénéfiques à adopter dans sa vie quotidienne et dans la pratique du massage.

### **Anatomie et Physiologie**

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



# ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE CURSUS 1



**LEILA AMARA**  
Directrice &  
RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE  
FORMATRICE PRINCIPALE & SON EQUIPE  
D'ANIMATEURS.



**JOËLLE CASSANO**  
C.N.V COMMUNICATION  
NON-VIOLENTE



**CAROLINE KOCAMER**  
INFIRMIERE  
PRATICIENNE AYURVEDA, ANIMATRICE  
ANATOMIE-PHYSIOLOGIE



**NICOLAS VIGNERON**  
EXPERT COMPTABLE -  
COMMISSAIRE AUX COMPTES  
INSTALLATION PROFESSIONNELLE



**BENOIT HAREL**  
INTERVENANT EN  
AYURVEDATHÉRAPIE



**CÉCILE TABARIN**  
DIRECTRICE COMMUNICATION

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

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