



FORMATION PRATICIEN AYURVEDA

Public et conditions d'admission

Cette formation est destinée aux professionnels de la santé, du bien-être ou aux particuliers dont le projet s'inscrit dans le cadre de la prévention de santé, du coaching en hygiène de vie et de la pratique du massage-bien-être, dans le respect des traditions indiennes.

Est admise à s'inscrire, toute personne :

- Agée de plus de 18 ans
- Désireuse de se développer personnellement et de prendre soin de l'autre
- Assidue dans son apprentissage

Certification Organisme de formation déclaré en préfecture sous le numéro 24370322637, la formation de conseiller consultant en Ayurveda est reconnue par l'Association France Ayurveda, la FFMBE et l'EUAA

Les « plus » de la formation

- Perfectionnement et suivi professionnel après votre certification
- Formatrice initiée en Inde pendant 8 ans
- Ecole spécialisée dans le diagnostic pour un accompagnement ciblé et adapté aux capacités de votre clientèle.

Objectifs

L'objectif de la formation est de poser la logique d'observation propre à l'Ayurveda pour vous fournir dès le début, les clés d'analyse d'une constitution et de ses déséquilibres.

Vous serez à même de faire un état des lieux de la physiologie de la personne afin de révéler les facteurs à l'origine des déséquilibres et de proposer un coaching en hygiène de vie, des cures bien-être et des soins du corps appropriés.

Le travail personnel estimé pour une réussite à l'examen final représente environ 250 heures de lecture, d'exercices et d'études de cas.

Après l'examen final, un accompagnement sur 2 ans est proposé avec une rencontre trimestrielle pour étudier vos cas pratiques et présenter des sujets de mémoire afin d'enrichir vos acquis.

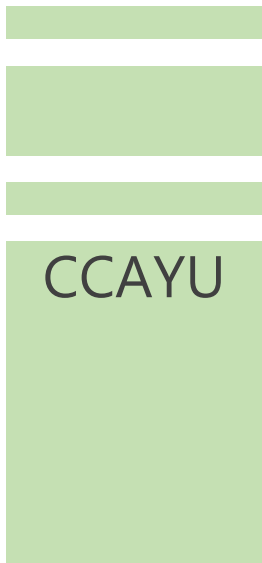


Equipe pédagogique

→ Formatrice théorie et pratique : Caroline Henry, 06 11 44 17 36

→ Voyage d'étude en Inde en clinique ayurvédique : Docteur Nandan Lele et Docteur Shankar (Maharashtra et Kerala)

Descriptif de la formation



MODT1	Les Bases de la physiologie ayurvédique
MODT2	Evolution de la maladie, le diagnostic, coaching
MODT3	Les plantes et tisanes
MODT4	La diététique
MODP1	L'Abhyanga traditionnel et le massage vata/pitha/kapha
MODP2	Shirodhara, shiropichu, shirobasti et kansu
MODP 3	Udvertanam, Kati vasti, Netra tarpana, pinda sveda, navrakizhi
MODP4	Marmathérapie



Organisation de la formation

- 6 semaines de formation et certification la première année
- 1 voyage d'étude en Inde et Cure Rasayana (option non incluse dans le tarif)
- Rencontres trimestrielles de perfectionnement la deuxième et troisième année pour un suivi de vos expériences professionnelles
- Stage en entreprise de 10 jours réparti sur 3 ans auprès d'un centre ou d'un praticien ayurvédique. (Possibilité de valider ces journées de stage au sein de Gayaveda Studies Ayurveda Traditions).

56 jours de formation, soit 450 heures de cours théoriques et pratiques

Afin d'assimiler la densité des informations enseignées en cours théoriques et de valider vos acquis en contrôle continu, 780 heures d'exercices, d'études de cas et des pratiques de massages sont à effectuer.

Programme Théorique

MODT1 Les bases théoriques de la physiologie ayurvédique

Le Samkhya, l'origine de la création du monde

Les trigunas Sattva, Rajas, tamas

Les 20 attributs, les 5 éléments, les 3 doshas et les constitutions mixtes, les 15 sous-doshas

Les facteurs à l'origine des déséquilibres

Symptômes de manifestations des déséquilibres

Les 7 dhatus (tissus corporels)

Les 3 malas (les déchets du corps)

Les conditions de Sama ou Nirama (état de toxicité)

Les srotas (les différents systèmes corporels et le principe de circulation)

MODT2 L'évolution de la maladie et le diagnostic

Aggravation, accumulation et diminution des doshas

Les 6 étapes de la maladie

Les 3 chemins de la maladie

Le diagnostic en 10 étapes, 8 étapes et 3 étapes

Prise du pouls

Observation de la langue

Méthodes de diagnostic et entraînement

MODT3 Les plantes et herbes

Observation d'une plante, mode de préparation et d'administration.

Propriété et utilisation thérapeutique

Les plantes pour pacifier Vata, Pitha et Kapha

Les plantes selon les systèmes corporels du corps

MODT4 La nutrition

La nourriture saine

Les 6 saveurs et leurs effets sur les tissus corporels

Propriété des aliments, choix des épices et des saveurs à associer

Mode de cuisson

Composition d'un programme diététique

Alimentation pour diminuer Kapha

Alimentation pour diminuer Pitha

Alimentation pour diminuer Vata



Programme Pratique

MODP1 Abhyanga Massage et massage vata/Pitha/Kapha

Pratique du massage-ayurvédique du Kerala.

Gestion des rythmes toniques à plus subtils, mouvements pour la circulation du Prana (énergie vitale), techniques spécifiques pour la détente des muscles, assouplissement de la peau, mobilisation des articulations.

Les gestes sont précis, votre inspiration lui donnera toute sa dimension pour un contact avec l'âme de votre massé.

Approche énergétique des chakras et nadis

Choix des huiles selon la constitution de la personne et la saison

Préparation d'une huile médicinale

Bienfaits des huiles tailam avec macération de plantes

Techniques spécifiques pour les muscles, la peau, la lymphe et mobilisations des articulations pour les besoins des conditions Vata / Pitha ou Kapha.

MODP2 Shirodhara, shiropichu, shirobasti, et réflexologie du pied au bol Kansu

La tête

Apprentissage du massage du visage, localiser et traiter les points marmas du cuir chevelu et du visage pour l'amélioration des organes de sens et pour calmer le mental.

Bienfaits et précaution du shirodhara, mise en place et technique d'administration.

Le pied

Observation de l'aspect physique et énergétique

Réflexologie indienne du pied

Localiser les points marmas et leur fonction

Protocole du massage du pied

Préparation du ghee et utilisation du bol kansu

MODP3 Traitements spécifiques (udvartanam, pinda sveda, basti, navrakizhi)

Préparation des soins du corps pour pacifier les troubles liés aux déséquilibres des doshas.

Les traitements aux pochons de plantes podikizhi ou navrakizhi

Le massage-udvartanam amincissant aux épices et grains moulus

Les bastis pour soulager les douleurs osseuses, les troubles de la digestion, les douleurs au dos et les troubles de la vue.

MODP4 Marmathérapie

Les chakras, les nadis et les points marmas

L'approche pranique de la main pour un toucher subtil

Localiser et équilibrer les points marmas



Calendrier

Module	Durée	Dates
Semaine 1	5 jours	Du 25 au 29 septembre 2017
Semaine 2	5 jours	Du 9 au 13 octobre 2017
Semaine 3	5 jours	Du 27 novembre au 1 ^{er} décembre 2017
Semaine 4	5 jours	Du 18 au 22 décembre 2017
Semaine 5	5 jours	Du 22 au 26 janvier 2018
Semaine 6	5 jours	Du 12 au 16 février 2018
Tarif en TTC	3100 € année 1	
Approfondissement et supervision année 2	4 week-end année 2	8 jours, 64 heures
Approfondissement et supervision année 3	4 week-end année 3	8 jours, 64 heures
Tarifs en TTC	480 € année 2 et 480 € année 3	
Stage en entreprise	10 jours	Étalés de 2017 à 219

« Découpage pédagogique »

Programme Semaine 1 Bases de la physiologie et abhyanga

9h Bases de l'ayurveda
13h Déjeuner
14h Massage abhyanga
16h30 Exercices
18h Fin de journée

Programme Semaine 2 Bases de l'ayurveda suite et pratique abhyanga VPK et marmas tête

9h Bases de l'Ayurveda
11h Massage du visage et du crâne, marmathérapie de la tête, Nasya
13h Déjeuner
14h Abhyanga suite et abhyanga Vata/Pitha/Kapha
16h30 Exercices
18h Fin de journée

Programme Semaine 3 La Diététique et les soins de la tête

9h Nutrition ayurvédique
13h Déjeuner
14h Shirodhara, shiropichu, shirpbasti, kansu du pied
16h30 Exercices
18h Fin de journée

Programme Semaine 4 La phytothérapie et les soins spécifiques

9h Herbes et tisane
13h Déjeuner
14h Navrakizhi, Podikizhi, Vasti, Netratarpana, Udvartanam, Lepam
16h30 Exercices
18h00 Fin de journée

Programme Semaine 5 Le diagnostic et la marmathérapie

9h Evolution de la maladie et diagnostic
13h Déjeuner
14h Marmathérapie
16h30 Exercices
18h Fin de journée

Programme Semaine 6 Le coaching en ayurveda

9h Choix des soins et des cures, dinacharya, méthode de coaching
13h Déjeuner
14h Entraînement bilans ayurvédiques et fiche conseils
16h30 Exercices
18h Fin de journée
Examen le dernier jour de formation, le 16 février 2018

Certification

- 25 pratiques abhyanga massage
- 2 pratiques abhyanga vata
- 2 pratiques abhyanga pitha
- 2 pratiques abhyanga kapha
- 3 nasya
- 5 shirodhara
- 5 kansu
- 5 basti
- 2 navrakizhi
- 2 podikizhi
- 5 marmas tête
- 5 marmas corps
- 2 lepam de poumons
- 2 lepam sur problèmes de peau
- 2 lepam sur entorse
- 1 examen écrit de 2h
- 1 examen oral d'1h30 de bilan ayurvédique

Travail personnel

Pour assurer une réussite à l'examen final, le temps de travail personnel nécessaire est de 5 heures minimum par semaine, de l'autonomie dans vos recherches, lecture et entraînements.

Si vous avez besoin d'un suivi plus personnalisé, des cours particuliers au tarif de 50 €/heure avec votre formatrice sont possibles.

CONTRAT PROFESSIONNEL DE FORMATION

ANNEE 1



Entre la formatrice Caroline Henry, Professionnelle du Bien-être au sein de la société HELIA PORTAGE Groupe Conseil, enregistrée sous le N°RCS Lyon B 493 742 050

et Mr, Mmeet conclue un contrat de formation en tant que conseiller consultant en ayurveda.

1. Durée totale de formation année 1 : 30 jours, 240 heures

2. Prix : 3100 € ttc en 1 paiement au plus tard 1 mois avant le début des cours ou 600 € en 6 paiements étalés de septembre 2017 à février 2018. Tarif horaire à 12,91 €

3. Objectifs pédagogiques et professionnels : développement des compétences et des acquis dans le domaine de la prévention de santé, de l'éducation en hygiène de vie, des massages-bien-être et de l'amélioration des compétences dans la gestion du bien-être en entreprise et de la prévention des risques psychocio.

4. Déroulement de la formation : Les cours théoriques transmis au sein de l'Ecole Traditionnelle d'Ayurveda sont intensifs.

L'objectif est de poser les concepts théoriques pour vous fournir dès le début, les clés d'analyse pour identifier la constitution et les déséquilibres, les facteurs à l'origine de ces déséquilibres puis de faire un état des lieux de la nature de feu digestif, de l'état de toxicité et de la viciation des doshas dans les tissus.

Après l'examen final, un accompagnement sur 2 ans est proposé avec une rencontre trimestrielle pour étudier vos cas pratiques et présenter des sujets de mémoire afin d'enrichir vos acquis.

5. Découpage pédagogique

Programme Semaine 1 Bases de la physiologie et abhyanga

9h Bases de l'ayurveda

13h Déjeuner

14h Massage abhyanga

16h30 Exercices

18h Fin de journée

Programme Semaine 2 Bases de l'ayurveda suite et pratique abhyanga VPK et marmas tête

9h Bases de l'Ayurveda

11h Massage du visage et du crâne, marmathérapie de la tête, Nasya

13h Déjeuner

14h Abhyanga suite et abhyanga Vata/Pitha/Kapha

16h30 Exercices

18h Fin de journée

Programme Semaine 3 La Diététique et les soins de la tête

9h Nutrition ayurvédique

13h Déjeuner

14h Shirodhara, shiropichu, shirpbasti, kansu du pied

16h30 Exercices

18h Fin de journée

Programme Semaine 4 La phytothérapie et les soins spécifiques

9h Herbes et tisane

13h Déjeuner

14h Navrakizhi, Podikizhi, Vasti, Netratarpana, Udvartanam, Lepam

16h30 Exercices

18h00 Fin de journée

Programme Semaine 5 Le diagnostic et la marmathérapie

9h Evolution de la maladie et diagnostic

13h Déjeuner

14h Marmathérapie

16h30 Exercices

18h Fin de journée

Programme Semaine 6 Le coaching en ayurveda

9h Choix des soins et des cures, dinacharya, méthode de coaching

13h Déjeuner

14h Entraînement bilans ayurvédiques et fiche conseils

16h30 Exercices

18h Fin de journée

Examen le dernier jour de formation, le 16 février 2018

6. Calendrier

Module	Durée	Dates
Semaine 1	5 jours	Du 25 au 29 septembre 2017
Semaine 2	5 jours	Du 9 au 13 octobre 2017
Semaine 3	5 jours	Du 27 novembre au 1 ^{er} décembre 2017
Semaine 4	5 jours	Du 18 au 22 décembre 2017
Semaine 5	5 jours	Du 22 au 26 janvier 2018
Semaine 6	5 jours	Du 12 au 16 février 2018
Année 2 et année 3	16 jours	1 week-end par trimestre

7. Délai de rétractation :

A compter de la date de signature du présent contrat, le stagiaire a un délai de 10 jours pour se rétracter, il en informe l'organisme de formation par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire.

8. Interruption de stage

En cas de cessation anticipée de la formation du fait de l'organisme de formation ou l'abandon du stage par le stagiaire pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le présent contrat est résilié selon les modalités financières suivantes :

- Paiement des heures réellement suivies selon la règle du prorata temporis
- Versement à titre de dédommagement pour les heures non suivies du fait du stagiaire à hauteur de 100 % du montant restant dû.

Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue, le contrat de formation professionnelle est résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectives dispensées sont dûes au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat et 30 % du prix de la formation sera retenu, soit 840 €

9. Droit applicable-Litiges éventuels :

Le droit applicable à la présente convention est le droit français. Tout litige relatif à l'interprétation et à l'exécution de la présente convention, qui ne pourra être réglée à l'amiable, sera soumis à la décision du Tribunal de commerce dont dépend le siège social de Hélia Portage. La présente convention et ses annexes expriment l'intégralité de l'obligation des parties, annulent et remplacent tous les accords, correspondants ou écrits antérieurs.

10. Lieu de formation : 35 avenue Grammont 37000 Tours (les modules pratiques sont susceptibles d'être déplacés pour l'accueil d'un groupe de stagiaires supérieur à 8 personnes).

11. Pour valider votre inscription :

- Contrat formation dûment rempli et signé
- Fiche de présentation complétée
- Règlement intérieur signé
- 1 chèque de 3100 € ou 6 chèques de 600 €
- Date limite d'inscription : 1^{er} septembre 2017
- Adresse d'envoi du courrier : Caroline Henry, 35 avenue Grammont 37000 Tours

Fait en double exemplaire, 35 avenue Grammont 37000 Tours

le...../...../.....

Pour le stagiaire (nom et prénom)

La formatrice Caroline Henry

Partie 2. Fiche de présentation

Nom et prénom :

Adresse postale :

Adresse mail :

Numéro de téléphone :

Niveau d'étude et spécialité :

Situation professionnelle :

Situation familiale :

Objectifs attendus de la formation :

Photos

Vos motivations pour la formation de conseiller consultant :

Partie 3. Règlement intérieur

Horaire : Les cours ont lieu de 9h00 à 13h00 et de 14h à 17h30. (Heure d'études le soir de 16h30 à 18h).

Retard ou absence : il est demandé à chaque étudiant d'être à l'heure, tout retard peut être un motif d'exclusion.

Tenue vestimentaire : pour les sessions pratiques, prévoir un maillot de bain, 2 grandes draps de bain, et une tenue en coton confortable.

Hygiène : Afin de maintenir la propreté du lieu de formation, chaque étudiant se doit de quitter ses chaussures à l'entrée de la maison, d'être pieds nus, en chaussettes ou en chaussons, de participer au rangement et nettoyage des sols en fin de journée. Le matériel utilisé pour les soins (droni, bol sont à laver afin d'être utiliser pour le lendemain).

Déontologie

L'étudiant pratiquera l'Ayurveda dans un objectif de bien-être et ne poursuivra en aucun cas un but médical. L'enseignement est laïc et interdit toutes démarches sectaires, religieuses ou politiques. Les pratiques spirituelles ou énergétiques (yoga) sont exemptes de prosélytisme. Libre à chacun de ne pas y participer.

Règle de groupe

L'étudiant considère le niveau d'assimilation des compétences du groupe et se donne les moyens d'adapter son rythme à celui du groupe. Il pratique la pleine écoute et la concentration afin d'être réceptif aux informations communiquées. Le respect et la présence de chacun doit être respectée. Pensée positive et parole juste sont à pratiquer tout au long des séjours de formation.

Téléphone portable

Les téléphones portables ne sont pas acceptés dans la salle de cours, il est demandé de les éteindre pendant les temps de formation.

Photos et vidéo

Il vous est possible de photographier, faire des vidéos ou enregistrer les cours mais uniquement à usage personnel. Ne pas diffuser sur internet ni transmettre les cours à d'autres personnes extérieures à la formation Gayaveda Studies.

Interdiction de fumer

Il est interdit de fumer dans les locaux et sur la propriété (intérieur et extérieur).

Conditions administratives

La totalité des versements des frais de formation est à régler au plus tard le premier jour de formation.

Tous les documents du livret de formation doivent être remplis et signés (convention professionnelle, attestation de présence, règlement intérieur, fiche individuelle).

Respect des lieux communs

Si vous utiliser les lieux communs pour la préparation de vos repas, il est demandé de faire votre vaisselle et de la ranger après chaque utilisation. Toute détérioration des équipements, des sols ou du mobilier sera facturée.

Signature « précédée de la mention lu et approuvé »

Date



DEVIS FORMATION CONSEILLER CONSULTANT

Année 1 du 25 septembre 2017 au 16 février 2018

Nom et Prénom :

Adresse :

Objet : convention de formation professionnelle continue dans le cadre du développement des compétences et de la reconversion professionnelle en tant que consultants en prévention des risques psycho sociaux et du bien-être en entreprise par l'ayurveda.

Pré requis : aucun

Outils pédagogiques : Livres, support manuscrits, études de cas pratiques

Evaluation des acquis : Contrôle continu sur exercices et études de cas + Examen fin première année

Nombre de jours :

Année 1 : 30 jours, soit 240 heures du 25 septembre 2017 au 18 février 2018.

Année 2 : 4 week-end soit 8 jours, 64 heures

Année 3 : 4 week-end soit 8 jours, 64 heures

Stage en entreprise : 10 jours, soit 80 heures d'observation en situation réelle, d'aide à la préparation et à l'organisation des cures ayurvédiques.

Prix de l'heure en cours de groupe : 12,91 €/heure

N° déclaration en préfecture :

Siret Sarl HELIA PORTAGE RCS LYON B 493 742 050

Montant de la formation du 25 Septembre 2017 au 16 février 2018 : 3100 €