

Formation continue
Introduction au Shiatsu pour les sages-femmes
samedi 30 novembre, dimanche 1er décembre 2024, samedi 8 février 2025

Le shiatsu est une thérapie par le toucher d'origine japonaise. Basée sur la médecine orientale traditionnelle, il offre une autre vision du corps – celle de la globalité corps- esprit ; il permet également de découvrir les connections entre diverses parties du corps et entre les différents niveaux de l'organisme. Il apaise, favorise l'homéostasie et soutient les changements vécus pendant la grossesse. Il renforce la relation à soi, à ses ressources, et à l'enfant. Sa spécificité est le toucher et l'écoute par les mains. Découvrir le shiatsu c'est aussi apprendre à travailler avec son corps (la posture, l'attitude) pour l'intégrer dans son quotidien et contribuer ainsi à préserver sa propre santé. Enfin, c'est aussi, et surtout, une manière de toucher – et d'écouter la personne en entier, avec son corps entier également, ce qui transforme profondément la relation thérapeutique.

Contenu : 20% théorie, 80% pratique. Théorie – grossesse, accouchement et circulation énergétique selon la médecine orientale traditionnelle ; principes de base du shiatsu ; notions des merveilleux vaisseaux ; exercices pour soi (Do-In « yoga japonais ») et pour les patientes. Exercices de respiration et visualisations. Exercices à deux ; développer la sensibilité et le toucher ; points et quelques situations fréquemment rencontrées (cas simples).

Objectifs : Acquérir les notions de base pour pouvoir soutenir les patientes dans différentes situations, intégrer le toucher shiatsu dans les consultations, développer sa sensibilité et un autre type d'écoute.

jour 1/jour 2 bases théoriques et pratiques, principes de travail du shiatsu pour la grossesse et l'accouchement ; le toucher du shiatsu ; l'écoute avec le corps ; exercices pour soi et pour les patientes.
jour 3 révision, approfondissement ; questions ; le post-partum.

Chargée d'enseignement: Liza Krivine, thérapeute de shiatsu avec certificat de branche Ortra en médecine complémentaire. Spécialisée dans les suivis de grossesse, préparation à l'accouchement et post-partum. Collaboration avec Tilia et des sages- femmes indépendantes depuis 2012. Site : cabinet-shiatsu.ch

Conditions : inscription aux 3 journées complètes

Participants : sages-femmes, minimum 5, maximum 14.

Inscription : via elog, info@sagesfemmesneju.ch

Lieu et horaire : Atelier Pilates, Place du Port 2, 2000 Neuchâtel, 9h30 – 12h30 / 14h00 – 17h00 / (pause de 15minutes le matin et pause de 15 minutes l'après-midi)

Dates : 30.11.2024, 01.12.2024 et 08.02.2025

Prix : 660.- pour les membres, 750.- pour les non-membres

Délai d'inscription : 30.10.2024

Tenue/matériel : habits confortables pour travail au sol. Chaussettes. Prévoir de quoi noter, une couverture et un coussin.

Points elog : 16,5pts

