

## **Formation Amma Assis et toucher relationnel - Niveau 1**

Initiation

**Catégorie : Bien-Être / Relation d'aide par le toucher/ Prévention  
santé / Education Somatique**

**Durée: 14h**

**Financement personnel : 400 euros**

**Prise en charge en Formation Professionnelle continue, OPCO ou France Travail : à partir de  
540 euros net de taxe**

### **Prochaines Sessions**

Nantes : 20 et 21 Janvier 2025

8 et 9 Février 2025 (week-end)

Horaires : 9h-12h et 13h30-17h30

**Cette formation est possible en INTRA, merci de contacter directement Anne-Cécile Vétault pour une proposition sur-mesure.**

## Public visé

**Toute personne majeure souhaitant développer des compétences en toucher relationnel.**

## Objectifs de la formation

**Développer de nouvelles compétences dans le "bien-être" et la prévention santé, l'éducation somatique par l'apprentissage du Amma Assis. C'est une pratique incontournable pour les professionnel-les du bien-être, du soin et de l'accompagnement à la personne.**

**Au cours de la formation le stagiaire aura été initié à un protocole de 20 min en Amma Assis et aura développé de nouvelles compétences en terme de toucher relationnel, d'écoute et de positionnement.**

**Pour aller plus loin dans le développement de compétences en Amma assis et toucher relationnel :**

- vous pouvez poursuivre la formation en Niveau 2 ou vous inscrire dans l'itinéraire complet de formation en Amma Assis ( Niveau 1-2-3-4), pour un objectif professionnel.

## Description

### Programme de formation

#### Théorie :

- Cadre historique et juridique du Amma Assis.
- Le Amma assis et les enjeux du care dans la société.
- Les différents champs d'application du Amma Assis.
- Développer une posture de praticien-chercheur à contrario d'une pensée modélisée. Le protocole crée un cadre balisé à partir duquel, à chaque geste, on s'adapte à la personne massée.
- Différences et points communs avec d'autres pratiques sur chaise, notamment le Shiatsu et le Massage Assis.
- Les principes de précautions et les contre-indications.

### Pratique :

- Préparation du stagiaire par le Do-In/ Qi Gong : apprendre à se recentrer, à être stable dans ses appuis et ses déplacements.
- Les repérages anatomiques (les fondamentaux).
- Apprendre les différents **gestes du Amma Assis**.
- Vérifier auprès de la personne massée ce qui lui convient (rythme, profondeur des pressions...) et s'adapter.
- Initiation sur le protocole de 20 min du Amma Assis.
- Pratique par deux (changer de partenaires) et par trois (observer la subtilité des gestes et des postures).

## Objectifs pédagogiques de la formation

Vous bénéficier à la fois d'une approche théorique et pratique, pour : comprendre, ressentir et pratiquer le Amma Assis dans un cadre défini.

### Acquérir des connaissances :

- Les principes de précaution et les contre indications à la pratique du Amma Assis.
- Introduction au toucher relationnel.

### Acquérir des compétences :

- Mémoriser le protocole de Amma Assis enseigné :
  - \*gagner en fluidité dans : les gestes, la posture et le toucher relationnel.
  - \*tenir compte des spécificités du receveur et être capable d'adapter ses gestes, sa qualité de toucher et d'avoir un rythme favorisant le relâchement ou l'apport de vitalité.
- Maîtriser les gestes spécifiques du Amma Assis (pressions, percussions, étirements...).
- Gérer le confort, l'hygiène et la sécurité des personnes.
- Savoir régler le matériel (chaise ergonomique) en fonction des publics.

### Intégrer un savoir être :

- Acquérir une posture dans une bienveillance et une écoute.

## Prérequis

Être majeur et souhaiter se former en toucher relationnel par le Amma Assis.

## Modalités pédagogiques

### Méthodes pédagogiques :

- L'alliance de différentes méthodes : la méthode démonstrative (les protocoles), la méthode expérientielle ( la mise en pratique, les retours d'expériences ...), la méthode active (expérimentation en petit groupe : pratique, question-réponses, recherche, observation) la pédagogie institutionnelle, viendront soutenir les apports formatifs.
- Le Amma Assis sera enrichi par les connaissances du Qi Gong et du Shiatsu sur la posture, le transfert du poids du corps, et une approche de la connaissance énergétique en lien avec l'ETC (l'Energétique Traditionnelle Chinoise).

## Moyens et supports pédagogiques

### - Supports théoriques :

- Un livret de cours sera fourni, comprenant le protocole détaillé.
- Des apports bibliographiques compléteront les connaissances.
- Des textes serviront de support de réflexions.

### - Supports pour les pratiques :

- Des chaises ergonomiques seront mises à disposition des stagiaires ainsi que des chaises classiques et des tabourets pour les pratiques.

## Modalités d'évaluation et de suivi

### Evaluation continue et critères d'évaluation :

Le stagiaire après chaque module pourra consulter sa fiche pédagogique notifiant les différentes connaissances à acquérir :

**Cr1.** Le stagiaire conduit un entretien structuré permettant de recueillir toutes les informations utiles ainsi que les besoins de la personne pour une prise en charge adaptée en Amma Assis. (Acquis / A perfectionner / Non-Acquis)

**Cr2.** Les contre-indications, les principes de précautions, les situations à risque et le périmètre d'intervention du praticien en Amma Assis sont reconnus et appliqués en tenant compte des spécificités des contextes. (Acquis / A perfectionner / Non-Acquis)

**Cr3** Réglage de la chaise adapté à la personne (Acquis / A perfectionner / Non-Acquis)

**Cr4.** Le stagiaire adapte ses pressions ? (Acquis / A perfectionner / Non-Acquis)

**Cr5.** Les gestes techniques sont correctement exécutés ? (Acquis / A perfectionner / Non-Acquis)

**Cr6.** Le stagiaire adapte correctement sa respiration, ses postures, son écoute? (Acquis / A perfectionner / Non-Acquis)

**Cr7.** Le stagiaire a mémorisé le kata enseigné.

**Cr8.** Les recommandations proposées lors des Amma Assis sont cohérentes, argumentées et respectent le champ de compétences de la discipline et du stagiaire.

**SYSTEME D'EVALUATION** : pour valider la pratique il faut obtenir : Acquis ou A perfectionner. Pour les stagiaires qui n'ont pas acquis une compétence, il est recommandé de revenir sur un week-end.

**A l'issue du week-end de formation : Attestation de réalisation de stage de formation en Amma Assis Module 1 Niveau 1.**

## M'inscrire à la formation

**Merci de décrire votre situation :**

- **Je travaille pour une organisation et souhaite m'inscrire personnellement**
- **Je suis un particulier et souhaite m'inscrire personnellement**
- **Je suis en charge de formation dans mon organisation**
- 
- **Je suis indépendant/profession libérale**
- **Je suis salariée (CPF atonome/silencieux)**
- **Je suis en recherche d'emploi**
- **Autre**

## Informations sur l'accessibilité

Accessibilité : Pour permettre une formation dans des conditions d'accessibilité optimales des stagiaires en situation de handicap, une demande un mois avant la formation peut être réalisée pour permettre à l'équipe d'enseignants et aux concepteurs de fournir des supports adaptés à l'accueil des stagiaires.

- Réfèrent handicap/accessibilité au sein de CDP49 à contacter : Benoît Chevalier
  - Email : [bchevalier.kine@hotmail.fr](mailto:bchevalier.kine@hotmail.fr)
  - Portable : 06 59 24 03 45

## Formatrice

### Anne-Cécile Vétault :

Fondatrice et Formatrice à AIKIGAI Formations /CDP 49.

Formatrice certifiée et agréé par la FFST en Shiatsu pour la formation de praticien de shiatsu (2024)

Master 2 en Sciences de l'Education : Former-Encadrer à l'Université Paris 8 (2022).

DESU Intervenante en Education Somatique, Université Paris 8 (2018).

Enseignante de Qi Gong certifiée par l'association : "Les Temps du Corps", Paris 10 (2016).

Praticienne en Shiatsu SPS et FFST (2012), enseignante en Do-In.

Formée en Amma Assis par Tony Neuman (2004).

Praticienne - Formatrice Amma Assis-Massage Assis pour la société Be Relax à l'aéroport de Roissy (de 2005 à 2009).