

## *Première Année*

## Praticien en énergétique Chinoise

### Id de formation :

ADT 2024 MTC A1 TARA

### Contact :

Romuald Doise, email : [admin@mtc-artsdutao.fr](mailto:admin@mtc-artsdutao.fr)

Téléphone : 04 93 59 18 98

### Niveau et Prérequis :

Être majeur.

### Public

Toute personne souhaitant acquérir des connaissances en Médecine traditionnelle chinoise.

### Objectif de formation:

- Découverte de l'histoire et de la pensée de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC)
- Connaissance du vocabulaire chinois : Pi Yin
- Connaître les Théories fondamentales de la MTC : Yin/Yang, 5 mouvements, 3 trésors...
- Voir les trajets des méridiens ainsi que les points d'acupuncture
- Voir les liquides selon la MTC : Qi, sang
- Avoir la vision des organes/entrailles selon la MTC
- Aborder la diététique selon la MTC
- Les causes des maladies selon la MTC
- Etude du corps humain
- Qi gong : petite et grande circulation, étirement des méridiens
- Tuina : techniques de base

## Compétences Développées

- Acquérir les concepts fondamentaux issus de la philosophie chinoise traditionnelle .
- Situer le système de la MTC dans son environnement .
- Identifier les théories fondamentales de la la MTC .
- Analyser les différents éléments liés à la physiologie du corps et des substances vitales en MTC
- Système des Méridiens : Repérer les trajets des méridiens Ren Mai et Du Mai, poumon -gros intestin, Rate –Estomac, Cœur –Intestin Grêle, Rein-Vessie, Péricarde –Triple Réchauffeur, Foie - Vésicule Biliaire
- Diététique : Distinguer la nature et saveur des aliments
- Qi Gong : Maitriser les techniques par la pratique du Qi Gong afin de pratiquer la petite et la grande circulation et étirer les méridiens
- Tui Na : maîtriser les techniques spécifiques de base du massage chinois Tui Na sur l'ensemble du corps
- Maitriser les bases du Pi Yin.
- Identifier les Os du corps humain

## Aptitudes

- Situer la MTC dans les outils thérapeutiques complémentaires
- Respecter la confidentialité, l'intégrité physique et morale du patient
- Mobiliser ses connaissances en fonction des outils thérapeutiques de MTC
- Appréhender le toucher du corps humain dans un cadre thérapeutique.

## Taux de réussite

100% des étudiants en 1ère de MTC en 2024 ont reçu une note supérieure ou égale à 12/20 à l'évaluation de fin d'année, justifiant leur Certificat de 1ère année de MTC du centre de formation « Les Arts du Tao »

## Débouchés

Métiers s'inscrivant dans le cadre de Développement personnel et bien-être de la personne (Fiche ROME K1103) : Intervenant en Médecine Chinoise/énergéticien

- Services à la personne, et toute activités de santé humaine non classées ailleurs (Sous-classe 86.90F fiche INSEE)

## Accessibilité

L'accueil des personnes en situation de handicap est possible. Merci de nous prévenir au préalable.

## Délais d'accès

Inscription à finaliser dix jours ouvrés avant le début de la formation.

## Durée

Nombre de jours de formation en présentiel : 21 jours

Nombre d'heures de formation en présentiel : 160 heures

## Dates de formation

Week-End	Début	Fin	Lieux	Formateurs
WE 01	05/10/24	06/10/24	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 02	02/11/24	03/11/24	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 03	07/12/24	08/12/24	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 04	04/01/25	05/01/25	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 05	01/02/25	02/02/25	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 06	01/03/25	02/03/25	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 07	05/04/25	06/04/25	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 08	03/05/25	04/05/25	TARA	RD, JR, CR, JMG
WE 09	14/06/25	15/06/25	TARA	RD, JR, CR, JMG

Formateurs : RD= Romuald Doise ; JR= Jérôme Radet ; CR= Célia Rougier

JMG= Jean-Marie GIAUME

## Lieux :

- TARA : 331 Route de Nice 06540 Valbonne
- COURSEGOULES : 115 chemin des Granges 06140 Coursegoules

## Horaires

De 09h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h00

### Nombres minimum et maximum de participants par week-end

Un minimum de 12 inscrits. Un maximum de 30 inscrits.

## Tarif

2850 € l'année, Article 261-4-4° alinéa 6 du CGI, non assujetti à la TVA.

## Catégorie de l'action de formation

Catégorie d'action de développement des compétences (article L6313-1 du code du travail) : Action de formation.

## Moyens pédagogiques

- Support de cours papier remis aux stagiaires, livret et atlas
- Questionnaires d'exercices et études de cas
- Questions/réponses en fin de cours
- Réflexion et échanges sur cas pratiques, retours d'expériences
- Contrôle de la bonne acquisition des connaissances

## Moyens Techniques

Mise à disposition du matériel nécessaire à la bonne conduite des sessions :

- Tableau blanc
- Vidéoprojecteur
- Tables de soins
- Squelette d'anatomie
- Matériel spécifique à la médecine chinoise (tissu de massage, etc ...)

## Moyens d'encadrement

Présentiel encadré par potentiellement 5 formateurs lorsque nécessaire.

## Modalités d'évaluation

- **Avant la formation :**

Évaluation individuelle du profil, des attentes et des besoins du participant avant le démarrage de la formation - Évaluation des compétences en début et en fin de formation

- **Au cours de la formation :**

Évaluation des connaissances à chaque étape de la formation (via questionnaires, exercices, travaux pratiques, entretiens avec le formateur) - Évaluation inter-séminaire

- **En fin de formation :**

Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation - Relevé de note des évaluations écrites mentionnant les acquis de la formation - Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action. La formation est sanctionnée par une évaluation de fin d'année et une attestation de 1<sup>ère</sup> année de Médecine Traditionnelle Chinoise du centre de formation « Les Arts du Tao ».

## Contenu des weekends

### Week-End 01

Présentation des formateurs, du groupe, de la formation. Matériel et tenue – Règles du vivre-ensemble. Ouvrages de référence – Groupes de travail

#### THÉORIE

Introduction à la médecine chinoise  
Yin Yang  
Application en diététique du Yin Yang  
Introduction au Yangsheng – Yángsheng de l'automne  
Système méridiens

#### PRATIQUE

Exercices d'application du Yin Yang

#### QIGONG

Yin Yang – Tui shou – Petite et grande circulations  
*Daoyin* – auto-massage – insister sur trajets méridiens/zones cutanées/tendino-musculaires

#### EXERCICES

QCM à travailler à la maison et études de cas Yin Yang

### Week-End 02

Correction des exercices

#### THÉORIE

Cinq mouvements Wu Xing  
Application en diététique des wu xing  
Historique et objectifs du tuina

#### PRATIQUE

Présentation et pratique des techniques de tuina (I)

Repérages anatomiques des méridiens RM/DM (trajet complet, points principaux)

#### QIGONG

Dao yin – Petite circulation – Ba Duan Jin

#### ANATOMIE

Généralités – tête

#### EXERCICES

QCM à travailler à la maison et études de cas Wu Xing

### Week-End 03

Correction des exercices

#### THÉORIE

Les Trois Trésors San Bao  
Application en diététique : diététique du jing  
Yangsheng de l'hiver  
Psycho-morphologie des cinq mouvements  
Introduction au Pin Yin

#### PRATIQUE

Présentation et pratique des techniques de tuina (II)  
Méridiens Poumon / GI  
Tuina tête et épaules

#### QIGONG

Etirement des méridiens de Poumon et GI- Baduanjin

#### ANATOMIE

Ceinture scapulaire et membres supérieurs

#### EXERCICES

QCM à travailler à la maison

**Week-End 04**

Correction des exercices

**THÉORIE**

Qi, sang et liquides  
Méridiens et points  
d'acupuncture

**PRATIQUE**

Pratique des techniques  
(III) – Présentation des  
fiches  
Tuina du thorax  
Méridiens de Estomac et  
Rate  
Tuina des membres  
supérieurs

**QIGONG**

Etirement des méridiens  
Rt/E Baduanjin

**ANATOMIE**

Thorax

**EXERCICES**

QCM à travailler à la  
maison et études de cas Qi  
sang jinye

**Week-End 05**

QCM noté  
Corrections

**THÉORIE**

Les viscères Zangfu  
Application en diététique  
du feu digestif  
Yangsheng du printemps  
Alimentation selon les  
saisons

**PRATIQUE**

Méridiens C / IG  
Tuina dos et lombes

**QIGONG**

Etirement des méridiens  
de C/IG – Baduanjin

**ANATOMIE**

CV et bassin

**EXERCICES**

QCM à travailler à la  
maison et études de cas  
Zangfu

**Week-End 06**

Correction des exercices

**THÉORIE**

Les causes de maladie  
externes  
Histoire de la MTC  
Diététique  
Humidité/Sécheresse – Les  
règles d'or

**PRATIQUE**

Méridiens V / R  
Tuina des membres  
inférieurs

**QIGONG**

Etirement des méridiens  
R/V- Baduanjin

**ANATOMIE**

Membre inférieur

**EXERCICES**

QCM à travailler à la  
maison

**Week-End 07**

Correction des exercices

**THÉORIE**

Causes des maladies  
d'origine interne et autres  
Les pathogènes  
endogènes

**PRATIQUE**

Méridiens EC/TR  
Tuina de l'abdomen

**QIGONG**

Etirement des méridiens  
EC/TR – Baduanjin

**ANATOMIE**

Abdomen

**EXERCICES**

QCM à travailler à la  
maison

**Week-End 08**

Correction des exercices

**THÉORIE**

Apparition et évolution de  
la maladie  
Lutte entre zheng qi et xie  
qi  
Les quatre examens Si  
Zhen  
Yangsheng d'été

**PRATIQUE**

Méridiens F/VB  
Tuina de santé 1<sup>ère</sup> partie  
Guasha

**QIGONG**

Etirement des méridiens  
F/VB – Baduanjin

**Week-End 09**

**EXAMEN**

Examen théorique  
Examen pratique

Corrections

**PRATIQUE**

Qigong  
Ventouses

## Evaluation de fin d'année

Evaluation de fin d'année : théorie et pratique, note minimale de 12/20 pour valider l'année en cours.