

Durée : 620h – CERTIFICATION QUALIOPI

Répartition des heures :

- 168h en présentiel sur 4 sessions de 6 jours réparties d'avril à juillet
- 300h de cours audios et vidéos en ligne, disponibles à vie
- 152h de travail personnel

Tarif : 3900 €

Hebergement sur place : 35€/nuit en chambre double

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Faire un diagnostic-ayurvédique complet
- Donner des conseils en alimentation
- Donner des conseils en phytothérapie
- Donner des conseils de prévention de santé et d'hygiène de vie
- Prodiguer des soins et des massages corporels
- Organiser des cures et des séjours ayurvédiques
- Eduquer vos clients pour qu'ils soient autonomes en matière de bien-être et de santé
- Proposer un accompagnement ayurvédique permettant de contrôler l'activité des doshas, restaurer l'immunité, renforcer le mental et le corps, faciliter le bonheur et de bien-être.

ORGANISATION DE LA FORMATION

Le parcours de praticien ayurvédique se déroule uniquement en présentiel, et ce, sur 4 sessions de 6 jours d'avril à juillet.

Le cursus comprend de l'enseignement théorique le matin, pour apprendre directement auprès de Caroline Henry, les fondamentaux de l'ayurveda, le diagnostic, la pathogénèse, la nutrition, la phytothérapie et acquérir la réflexion propre à l'ayurveda. L'après-midi, vous apprenez les massages ayurvédiques et les thérapies corporelles tels qu'ils sont pratiqués en clinique indienne.

En complément de ces temps de formation réalisés en présence d'une formatrice expérimentée de plus de 20 ans de pratique authentique de l'ayurveda et d'une formation à la source pendant 8 ans auprès de vaidyas, vous bénéficiez d'un accès à vie de 300h de cours e-learning.

La validation des savoirs théoriques se fait à l'issue de chaque session et les savoirs pratiques le dernier jour de formation.

A l'issue de la formation, vous obtenez la CERTIFICATION QUALIOPI pour une reconnaissance professionnelle et qualitative de vos compétences en tant que Praticien (ne) Ayurvédique.

NB : Nombre de participants limité à 6 personnes. Etude de votre candidature par mail et entretien téléphonique. Mail : gayaveda1@gmail.com



SATTVA

सत्त्वा



CONTENU DE LA FORMATION – COURS EN PRESENTIEL

LA THEORIE – cours en présentiel de 9h à 12h30

- Fondamentaux de l'ayurveda – Anatomie et physiologie
- Diagnostic et processus d'évolution de la maladie selon l'Ayurveda
- Méthode et mise en pratique pour faire un bilan ayurvédique
- Alimentation selon le profil doshique, la saison, le déséquilibre, le feu digestif
- Phytothérapie des plantes en Inde et en France
- Etudes de cas et travaux pratiques

LA PRATIQUE – cours en présentiel de 14h à 17h30

- Le massage abhyanga
 - Bienfaits et contre-indications
 - Choix des huiles thérapeutiques Tailam
 - Pratique du protocole shiroabhyanga
 - Pratique du protocole abhyanga, massage complet du corps
- Les thérapies corporelles pour pacifier VPK
 - Bienfaits et contre-indication des différentes thérapies corporelles
 - Théorie sur les états de douleurs, d'inflammation et de raideur
 - Le massage minceur udvartanam,
 - Le protocole soin du dos avec marmas kati basti
 - Les pochons chauds anti-inflammatoires pinda sveda (snigdha et ruksha)
 - Le soin beauté du visage mukha lepam
 - Le soin shirodhara pour calmer l'agitation mentale, le stress, le burn out
 - La réflexologie plantaire padabhyanga & marmas pieds
 - Le massage au bol kansu
 - La thérapie par les ventouses

COMPLEMENT EN E-LEARNING

- + 300h de cours audios et vidéos, de travaux pratiques et devoirs corrigés sur votre espace étudiant.
- + 1160 pages réparties en 5 manuels de formation PDF

Les fondamentaux de l'ayurveda	50h d'audios et 280 pages
Le diagnostic selon l'ayurveda	70h d'audios et 260 pages
La nutrition ayurvédique	40h d'audios et de vidéos et 150 pages
La phytothérapie ayurvédique	40h de vidéos et 220 pages
Les thérapies corporelles	30h de vidéos et 250 pages
Homework et TP corrigés	60h de vidéos
Aide à la création d'entreprise	10 de vidéos : « Comptabilité de l'entreprise » « Assurance professionnelle » « Marketing et communication digitale »

SATTVA

सत्त्वा



DECOUPAGE PEDAGOGIQUE

SEMAINE N°1 – LES FONDAMENTAUX DE L'AYURVEDA et LE MASSAGE ABHYANGA

Jour 1 – Théorie sur le Samkhya, les 5 éléments, les 3 doshas & Théorie sur les huiles de massage, les bienfaits et contre-indication du massage abhyanga & Pratique du massage abhyanga sur l'avant des jambes.

Jour 2 – Théorie sur les sous-doshas, leurs fonctions et leurs interactions & Pratique du massage abhyanga sur l'arrière des jambes et le dos.

Jour 3 – Théorie sur le feu digestifs, les fonctions de l'estomac, de l'intestin grêle et du gros intestin en tant que siège des doshas & Pratique du massage abhyanga sur le dos (suite) avec repérage et stimulation des points marmas situés sur le dos.

Jour 4 – Théorie sur l'importance de l'élimination régulière des 3 malas (les déchets corporels), du maintien d'un bon feu digestif, de la qualité et de la quantité d'aliments en adéquation avec la constitution de la personne et du bien-être mental pour éviter la formation d'amas (les toxines) et le processus de développement des maladies & Pratique du massage de l'abdomen, des viscères et des organes de digestion.

Jour 5 – Théorie sur la formation des 7 tissus corporels (Dhatus), définition et fonctions des systèmes corporels (Srotas), évaluation du niveau de qualité et de quantité des tissus et du niveau de circulation dans les srotas & Pratique du massage du visage avec stimulation des points marmas.

Jour 6 – Test QCM en ligne le matin, sur les fondamentaux de l'ayurveda et révisions l'après-midi entre étudiants sur la pratique du massage abhyanga.

SEMAINE N°2 – LE DIAGNOSTIC ET PROCESSUS D'EVOLUTION DE LA MALADIE & THERAPIES CORPORELLES

Jour 1 – Trividha pareeksha – Théorie sur le diagnostic en 3 étapes (visuelle, questionnaire, toucher) & Révisions du massage complet du corps Abhyanga

Jour 2 – Rogi Roga pareeksha - Etudes de la personne, des symptômes et des causes à l'origine du déséquilibre d'un tissu ou d'un système corporel & Pratique du Shirochampi avec marmas crâne et révisions du shiroabhyanga avec marmas visage.

Jour 3 – Suite de l'études des symptômes et des causes à l'origine des déséquilibres & Pratique du soin Shirodhara

Jour 4 – Samprapti et dosha gati – Compréhension du processus de développement de la maladie selon l'ayurveda et du phénomène de viciation des doshas sur une zone du corps en particulier & Pratique du massage beauté Mukha Lepam

Jour 5 – Méthodologie pour faire une étude de cas & Pratique de la réflexologie plantaire Padabhyanga et massage au bol Kansu.

Jour 6 – Test QCM en ligne le samedi matin sur le diagnostic et révisions entre étudiants sur la pratique des thérapies corporelles l'après-midi.

SATTVA

सत्त्वा



SEMAINE N°3 – LA NUTRITION AYURVEDIQUE & THERAPIES CORPORELLES (suite)

Jour 1 – Théorie sur les bonnes et mauvaises conduites alimentaires, les incompatibilités et signes d'intolérance, les propriétés des 6 saveurs et leur action sur les doshas, le feu digestif, l'état de toxicité, le corps et le mental & Théorie et pratique du massage à sec udvartanam.

Jour 2 – Théorie sur la répartition des aliments dans une assiette, mode de cuisson, choix des aliments selon le profil doshique et la nature digestive de la personne. Sélectionner le choix des aliments pour restaurer la qualité de la peau et du sang, pour optimiser la force et l'endurance physique, pour réguler le niveau de graisse utile à la santé, pour nourrir les os et les articulations, pour calmer et renforcer les nerfs, le cerveau et pour favoriser la fertilité & Théorie sur le protocole de la douleur, bienfaits des pochons chauds Pinda Sveda en différenciant les propriétés des snighdha et ruksha pinda sveda selon l'intensité de la douleur, de l'inflammation, de la raideur et du dosha vicié. Apprentissage de la technique pour préparer des pochons.

Jour 3 – Théorie sur le choix des aliments et mode de cuisson selon la saison, les doshas et les organes à soutenir & Pratique du massage aux 7 postures suivi de l'application des pochons chauds Pinda Sveda

Jour 4 – Créer 4 Menus Automne – Hiver & 4 Menus Printemps-Eté pour équilibrer les doshas & Pratique du massage aux 7 postures suivi du soin kati basti pour soulager le mal au dos et aux cervicales.

Jour 5 – Théorie sur les grandes lignes d'un accompagnement alimentaire pour réduire le doshas kapha responsable d'un surpoids tout en apaisant le niveau de stress de la personne, pour favoriser la fertilité chez une personne dominante vata disposant d'un feu digestif excessif, pour améliorer la qualité de peau d'une personne VK souffrant de psoriasis & Massage aux 7 postures suivi de la thérapie par les ventouses.

Jour 6 – Test QCM en ligne le samedi matin sur la nutrition ayurvédique et révisions entre étudiants sur la pratique des thérapies corporelles l'après-midi.

SATTVA

सत्त्वा



SEMAINE N°4 – LA PHYTOTHERAPIE AYURVEDIQUE & THERAPIES CORPORELLES (suite)

Jour 1 – Théorie sur le dravyaguna shastra pour comprendre l'énergie d'une plante, listing des plantes françaises et indiennes qui pacifient les doshas, sélection des fournisseurs et connaissance des aspects légaux & Evaluation des savoirs pratiques

Jour 2 – Théorie sur les plantes qui favorisent une bonne respiration et soutiennent les poumons, qui stimulent le feu digestif et favorisent l'élimination des déchets corporels par une action laxative, drainante et sudoripare, qui optimisent la qualité de la peau, de la lymphe et du plasma et qui nettoient ou nourrissent le sang & Evaluation des savoirs pratiques

Jour 3 – Théorie sur les plantes qui procurent de la force, qui réduisent la graisse superflue, qui régénèrent les os et les nerfs, qui apaisent le stress, qui favorisent la libido et la fertilité, qui régénèrent l'ensemble des tissus et augmentent l'immunité & Evaluation des savoirs pratiques

Jour 4 – Théorie sur le dosage, l'anupana et la durée de la prise de plantes & Etude de cas pour faire une consultation ayurvédique, déterminer la prakriti, identifier la vikriti, expliquer le processus de déséquilibre et de viciation des doshas et proposer un accompagnement sur 1 mois en termes d'alimentation, de plantes, de tisanes, d'hygiène de vie, de massages et thérapies corporelles.

Jour 5 – Etude de cas pour s'entraîner à sélectionner la ou les plantes selon la prakriti, la vikriti, l'état du feu digestif, le niveau de toxicité et selon les tissus, organes ou systèmes corporels défaillants & Etude de cas pour s'entraîner à faire une consultation ayurvédique.

Jour 6 – Test QCM en ligne le samedi matin sur la phytothérapie ayurvédique et remise des certificats de praticien ayurvédique l'après-midi.

Notes : Les soins combinés à exécuter lors de l'évaluation pratique commencent par la technique de champissage shiro champi sur le cuir chevelu, suivi de la réflexologie plantaire padabhyanga et du massage au bol kansu, puis d'un massage abhyanga complet du corps, associé à l'application des pochons chauds pinda sveda, pour se terminer par massage du visage shiroabhyanga et du bain d'huile sur le front shirodhara. La durée totale de l'évaluation des soins combinés est de 2h30, suivi d'un débrief entre le receveur, le masseur et la formatrice.

SATTVA

सत्त्वा



CALENDRIER DES COURS

Cours en présentiel !	
Cursus Printemps – Été	Semaine 1 – du 28 avril au 3 mai 2025 Semaine 2 – du 23 au 28 juin 2025 Semaine 3 – du 21 au 26 juillet 2025 Semaine 4 - du 25 au 30 août 2025
Complément E-Learning	
Les fondamentaux de l'ayurveda	50h d'audios
Le diagnostic selon l'ayurveda	70h d'audios
La nutrition ayurvédique	40h d'audios et de vidéos
La phytothérapie ayurvédique	40h de vidéos
Les thérapies corporelles	30h de vidéos
Homework et TP corrigés	60h de vidéos
Aide à la création d'entreprise	10 de vidéos : « Comptabilité de l'entreprise » « Assurance professionnelle » « Marketing et communication digitale »
En option : Masterclass en visioconférence non incluses à prendre à la carte	
Travaux pratiques sur les fondamentaux	2 jours à 140 €
Travaux pratiques sur le diagnostic	2 jours à 140 €
Travaux pratiques sur la nutrition	2 jours à 140 €
Travaux pratiques sur la phytothérapie	2 jours à 140 €
Entraînements à la réalisation de consultations	2 jours à 140 €
Etude de cas Flash	1h30 à 15 €

INFOS PRATIQUES



LIEU DES COURS

Le Spa des Indes situé 5, le Chêne 37460 Céré-La-Ronde

HEBERGEMENT & REPAS

- Vous pouvez résider en chambre partagée au sein des Lodges du Spa des Indes pour 35 €/nuit
- Prévoyez vos courses pour vos repas

MATERIEL A PREVOIR

Pour les thérapies corporelles :

- 4 litres d'huile de sésame
- 1 pot de ghee
- 2 grands draps de bain
- Un chauffe huile
- Un bol pour mettre l'huile à chauffer
- Un bol Kansu
- Du Sopalin

Tout au long de la formation : Un ordinateur portable

STAGE EN INDE

Partez en Inde vivre l'expérience de l'Ayurveda à sa source pour observer et participer à la vie d'une clinique indienne, faire évoluer vos savoirs et rendre authentique votre pratique de l'ayurveda. (Stage clinique en Inde à régler en supplément, et ce, directement à la clinique du Dr Yadun à Varkala, dans le Kerala).

CERTIFICATION

Le parcours Praticien en Ayurveda est reconnu par l'Etat dans le cadre de la formation professionnel car il bénéficie de la Certification QUALIOPI de DIDAXIS et nécessite la signature de feuille d'émargement par demi-journée de formation pour attester de l'assiduité du suivi de formation.

FINANCEMENT

Le parcours de Praticien en Ayurveda est inscrit au CARIF et permet ainsi la prise en charge des frais de formation par France Travail ou un OPCO (Hors CPF) / Les frais de dossier de 180 € sont à régler pour toute de demande de prise en charge et sont non remboursables.



गुण्यवेदा
ACADEMY



Caroline Henry en portage salarial chez DIDAXIS FORMATION

SIRET : 792 779 456 00047

N° d'OF (NDA) : 11755912675

Adresse siège : 99 boulevard de la Reine, 78000 VERSAILLES

Gayaveda1@gmail.com www.formationayurveda.fr

Tél. 06. 11.44.17.36