



## INTITULÉ DE FORMATION :

### LA PRATIQUE DE QIGONG COMME OUTIL DE TRANSFORMATION

#### Id formation partiel:

H11\_2022\_QGG\_A0\_GNB\_GA

#### Discipline :

QGG : QI GONG

#### Type

- e-learning
- présentiel
- Blended learning**

#### Public

Tout public adulte (en cas de situation de handicap, il conviendra de voir avec le responsable pédagogique la pertinence)

#### Contact

**Jean Pierre CROUTAZ**

Responsable pédagogique, [secretariat@chengxin.fr](mailto:secretariat@chengxin.fr) 04 50 02 83 69.

#### Niveau et prérequis

##### Niveau :

Accessible à tous.

##### Prérequis :

La connaissance des fondements théoriques de la tradition chinoise est nécessaire.

#### Modalités et délais d'accès

Inscription à finaliser 2 jours ouvrés avant le début de la formation

L'accueil des personnes en situation de handicap est possible. Merci de nous consulter pour identifier vos besoins et vérifier l'adaptabilité de la formation à votre situation.

#### Durée

Nombre de jours : **2 jours**

Nombre d'heures : **14 heures**

#### Dates de formation

**Du 11 au 12 Février 2023**



Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de  
Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

## Lieu

- ☒ **AU CŒUR DE L'ESSENTIEL 9 Rue Conrad Killian 38950 SAINT MARTIN LE VINOUX**
- ☒ **Salle Lotus ou salle Namasté**

## Horaires

Présentiel : De **9h30 à 12h30** et de **14h00 à 17h30**

## Nombre minimum et maximum de participants par cession

Nombre minimum de participants : **12**

Nombre maximum de participants : **20**

## Tarif

Coût de la formation : **220 €**

Montant des arrhes : **220 €**

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.

## Objectifs de la formation

- Mettre le corps en mouvement pour percevoir le Qi,
- Percevoir le mouvement du Qi en posture
- Être acteur de sa santé par la pratique du Qi.
- Savoir se positionner justement face à son patient
- Ressenti précis des besoins
- Exigence de professionnalisme

## Compétences développées:

- Perception de la géographie intérieure
- Différenciation et compréhension des différents Qi
- Différenciation et compréhension des circuits (méridiens) des Dan Tian

## Moyens pédagogiques

- Suivi du stagiaire:
  - Feuilles d'émargement signées des participants et du formateur par demi-journée pour les cours en présentiel
  - Relevé de connexion sur la plateforme en e-learning et/ ou classes virtuelles
- Compte rendu de séminaire rédigé par le ou les formateurs.

**La formation est encadrée par le responsable pédagogique : Jean Pierre CROUTAZ**

Le bon déroulement est assuré par les formateurs désignés par l'organisme de formation (Cf. calendrier de formation et contrat ou convention



Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de  
Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

- Apport théorique et méthodologique : séquences pédagogiques regroupées en différents modules
  - Contenus des programmes adaptés en fonction des besoins identifiés pendant la formation.
  - Questionnaires, exercices et étude de cas
  - Réflexion et échanges sur cas pratiques, retours d'expériences
- Corrections appropriées et contrôles des connaissances à chaque étape, fonction du rythme de l'apprenant mais également des exigences requises au titre de la formation souscrite.

### Moyens techniques

Formation en « blended learning » c'est-à-dire faisant alterner présentiel et distanciel.  
Formation pratique en présentiel. Supports de cours en ligne.

Ainsi tout stagiaire doit :

- Disposer d'un équipement informatique tel qu'ordinateur ou tablette connecté à internet.
- Disposer d'un navigateur mis à jour.
- Éventuellement disposer d'une WebCam et d'une imprimante.
- Avoir la maîtrise de ces outils

Mise à disposition du matériel nécessaire à l'enseignement (vidéoprojecteur, tableau, etc...) et à la pratique (table de soin, tapis, coussins etc.)

### Modalités d'évaluation des acquis

- Evaluation individuelle d'entrée en formation
- Evaluation individuelle en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation

### Contenu

#### SEMINAIRE 1

##### JOUR 1

Présentation  
Attentes  
Structurer l'espace  
Propositions de travail  
Pratique collective en mouvement  
Eléments théoriques  
Les trois palais 丹田 *dantian*  
Pratique à Deux

##### JOUR 2

Méditation guidée  
Pratique collective en mouvement  
Les lignes intérieures  
Réponses aux questions  
Mise en pratique  
Harmonisation des cinq mouvements  
Bilan  
Perspectives