



REFERENTIEL D'HABILITATION FORMATIONS COMBINEES :

« Animateur(trice) de Voyage et massage sonore »

Et

« Yoga Ayurveda : L'ayurveda appliqué au yoga »

1. PRÉSENTATION DE L'ORGANISME DE FORMATION

1.1 - NOTORIÉTÉ

L'E.I Delphine Girardi est un organisme de formation connu sous le nom de Ha'Taraforma et dont la spécialité est les formations autour du bien-être et du yoga. Créée en 2022, nous accompagnons des personnes dans les formations professionnelles avec rigueur éthique et intégrité.

E.I Delphine Girardi, siège social au 79 rue de Maubec 31300 Toulouse, n° Siret : 809 647 48000031, organisme de formation enregistré sous le n° 76311170631.

1.2 - CHAMP DE LA FORMATION

Afin de rendre plus accessibles les formations yoga et bien-être, nous avons souhaité combiner 2 formations qui peuvent se compléter : la pratique des sons issus des instruments bien-être et l'ayurveda allié au yoga.

- Le son issu des instruments procure bien-être, détente et apaisement. Il a également une action énergétique et revigorante.
- L'Ayurveda et le yoga, sont des pratiques complémentaires. Ensemble, elles offrent une approche personnalisée du yoga, répondant aux besoins spécifiques de chacun, en tenant compte des constitutions individuelles, des saisons et des différentes étapes de la vie.

Les 3 pratiques s'allient à merveille pour avoir une offre complète tant sur le plan de son activité professionnelle que sur un plan personnel.

Ces 2 formations s'adressent aux pratiquants engagés comme aux enseignants de yoga souhaitant enrichir et approfondir leur accompagnement.

1.3- OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Les stagiaires seront en capacité de réaliser diverses prestations à l'issue de cette session :

- Animer des voyages sonores (pour des groupes ou de manière individuelle)
- Animer des méditation et relaxation sonore (pour des groupes ou de manière individuelle)

- Pratiquer pour son plaisir personnel la manipulation d'instrument sonore variés
- Réaliser des massages sonores
- Ajuster sa pratique de yoga en tenant compte de sa constitution individuelle, des saisons et des différentes étapes de la vie
- Ajuster ses séances (de groupes ou individuelles) au doša dominant, aux saisons ou aux environnements.
- Utiliser le son comme outil d'ajustement ayurvédique

1.4- PROCÉDURE QUALITÉ

Nous nous engageons donc à

- Respecter la réglementation ;
- L'adéquation des compétences et des moyens techniques et humains aux actions de Formation ;
- La satisfaction des clients en priorisant la qualité de la formation (ainsi le diplôme ne sera pas accordé sans que les évaluations ne soient réalisées) ;
- La pérennité financière ;
- Le respect du code de déontologie, du code de conduite professionnelle et du règlement intérieur

Nos groupes peuvent aller de 7 à 12 élèves maximum. Ainsi nous garantissons un suivi personnalisé et un temps de pratique pour chaque stagiaire.

2. PRÉSENTATION DES 2 CERTIFICATS

2.1 - INTITULE DU CERTIFICAT

À l'issu de la session et après validation des évaluations vous obtiendrez :

- **Le certificat d'Animateur.trice de voyage et massage sonore.**
- **Une certification en yoga Ayurveda, dont l'intitulé varie selon votre profil :**
 - Pour les **enseignant.es de yoga déjà certifié.es** : Sur présentation de votre justificatif et vous obtiendrez le **certificat d'Enseignant.e de yoga spécialisé.e en Yoga adapté selon l'Ayurveda.**
 - Pour les **pratiquant.es de yoga** : Vous obtiendrez une **certification en Ayurveda appliqué au yoga.**

Note importante :

Si vous êtes pratiquant.e et que vous obtenez une formation d'enseignant de yoga par la suite, le certificat d'enseignant.e pourra vous être délivré. Pour cela, vous devrez présenter votre nouveau diplôme dans **un délai maximal de trois ans** suivant l'obtention de votre certificat actuel.

2.2 - LE PUBLIC CIBLE

La formation est ouverte à toute personne souhaitant :

- Utiliser les instruments de musique dédiés au bien-être pour guider des relaxations, de méditations, des voyages sonores ou des massages sonores.
- Acquérir des connaissances générales en Ayurveda.
- Être en capacité d'adapter sa pratique personnelle à ses besoins selon l'ayurveda.

Et ce que ce soit pour compléter une activité professionnelle liée au bien-être (enseignants de yoga, praticiens bien-être, esthéticien(ne)s, sophrologues...) ; dans le cadre d'accompagnements de personnes : personnels soignants (infirmier(e)s, aides soignant(e)s, psychologues, psychomotricien(ne)s...) ; ou pour développer sa pratique personnelle du yoga.

Cette formation s'adresse donc au public suivant :

- Aux pratiquants de yoga d'une durée minimale de 5 années (consécutives ou non)
- Aux Enseignants de yoga diplômés

2.4.2 Évaluation de positionnement :

La personne intéressée par la formation prend contact par **email** avec la responsable de formation voir dans « *contact* » du menu du site internet.

Après ce contact, si la personne est toujours intéressée, la responsable de formation lui envoie le dossier d'inscription comprenant

- Le contrat de formation professionnelle
- Le document d'information relatif au RGPD
- Le règlement intérieur de l'école
- Le code d'éthique et de déontologie
- Un document d'accord de droit à l'image

À ce dossier s'ajoute des documents d'informations avec l'explication du dossier d'inscription.

2.5 DURÉE, DÉLAI D'ACCÈS ET PRIX

2.5.1 durée

7 jours repartis de la manière suivante :

- 2 demi-journées de visioconférence sur la théorie de la formation « **Animateur.trice de voyage et massage sonore** »
- 6 journées consécutives planifiées sur 1 semaine entière dans un lieu de retraite ou nous alterneront pratiques et théories des 2 formations (**Animateur.trice de voyage et massage sonore** » et « **Yoga Ayurveda : L'ayurveda appliqué au yoga** »).

Le planning est disponible le site internet Ha'Taraforma ou en demandant la plaquette virtuelle par simple mail.

Les formations comprennent en tout 28 h d'enseignement/formation **soit 56h.**

2.5.2 lieux

La partie en présentiel à lieu dans le manoir « l'Ecrin des sens » situé à Puch D'Agenais (47160). Ce manoir propose un hébergement et la pension complète, nous vous ferons parvenir le tarif négocié avec eux.

2.5.3 accessibilités aux personnes handicapées

L'accessibilité aux personnes handicapées, elle dépend du type de handicap au regard des modalités d'accompagnement pédagogique. Nous invitons les personnes à nous contacter afin de définir avec elles les modalités d'adaptation possibles.

2.5.4 tarifs

Le tarif particulier : 900€ TTC (TVA non applicable)

Nous vous demanderons 270€ d'acompte pour frais d'inscription dès la remise du dossier d'inscription. En cas de désistement cette somme ne pourra pas vous être restituées sauf cas de force majeure dûment avérée (justificatif demandé).

Paiement en plusieurs fois possible (5 mensualités maximum et uniquement par chèque)

2.6 MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET MOYENS

2.6.1 méthode pédagogique

Les 2 formations vous proposeront :

- De la pratique avec exemple de séances
- De la pratique en binôme
- De la théorie avec support de cours et présentation power-point
- Présentiel.
- Des supports en pdf vous sont fournis pour les 2 formations

Nous vous proposerons également des temps d'animation en dehors des formations

- Réalisation d'une recette ayurvédique simple.
- Suivi d'un voyage sonore

2.6.2 moyens pédagogiques

Humains :

2 formatrices seront présentes :

Delphine : Formatrice ayant reçu une formation en Enseignement du yoga et en pédagogie de formation dédié au yoga. Formée en sonothérapie et yoga sonore.

Sandrine : Formatrice ayant reçu une formation en Enseignement du yoga et de praticienne en Ayurveda de Niveau III.

Matériels :

- Supports de cours théorique
- Cahiers de pratiques (formation sonore)
- Mise à disposition des supports sur un accès privé dans le site internet

- Bibliographie
- Contacts fournisseurs pour les 2 formations
- Sont fournis sous format pdf à chaque stagiaire soit par email soit par mise à disposition sur un accès privé dans le site internet. Bibliographie et contact de fournisseur inclus dans les supports

Des documents annexes peuvent être fournis également (audios, vidéos...) afin de compléter l'enseignement et ce en fonction des demandes et besoins spécifiques du groupe.

- Les salles de cours choisies en fonction de l'accessibilité et du confort des stagiaires.
- Pour la formation sonore les instruments seront prêtés aux stagiaires durant les journées de modules :
 - 10 bols tibétains de diverses manufactures,
 - 2 bâtons de pluies,
 - 2 paires de tsingas,
 - 4 types de crécelles,
 - 1 bol de cristal,
 - 1 océan drum,
 - 1 Tin drum,
 - 2 Güiro grenouille,
 - 1 boîte tonnerre,
 - 2 carillons (Kochi et zaphir).
 - 1 Tambour Chamane de 40 cm
 - 1 Gong Solaire de 30 cm
 - 1 Shaler noix de Coco
 - 1 Cabulete à double percussion

NB : D'autres instruments peuvent venir compléter cette collection en fonction des achats de l'entreprise.

- Table de massage, draps et couverture fournis lors du massage sonore

Chaque stagiaire apporte un tapis, un coussin ou support pour son assise (Fuzen, zafu ou banc de méditation) et une serviette pour la partie massage sonore.

- Pour la formation yoga ayurveda
 - Fourniture d'une préparation ayurvédique (réalisée pendant la session par les stagiaires)

2. 7 MODALITÉS D'ÉVALUATION ET RÉSULTATS OBTENUS

2.7.1 Suivi individuel

Chaque stagiaire est suivi de manière individuelle du fait du très petit groupe formé.

2.7.2 Évaluations

Conditions requises pour l'obtention du diplôme école et du certificat de réalisation pour la formation animateur/trice de voyage et massage sonore :

- Participer à tous les modules en présentiel et en Visio
- Obtenir la mention acquis et validée lors de l'évaluation de séance au choix de méditation, relaxation ou de voyage sonore d'une durée de 15 pendant le module n°2 ou n°4 (dédié à la pratique).
- Obtenir la mention acquis et validée lors de l'évaluation de massage sonore d'une durée de 25 min pendant le module n°3 ou n°4 (dédié à la pratique).
- Avoir une attitude générale basée sur la bienveillance et le respect de l'éthique en s'abstenant d'avoir des propos qui relèveraient de l'exercice illégal de la médecine par exemple.

Conditions requises pour l'obtention du diplôme école et du certificat de réalisation pour la formation yoga ayurvéda :

- Participer à tous les modules en présentiel (feuille d'émargement)
- Réaliser un maximum de 2 fautes au QCM de 5 questions sur les connaissances générales
- Obtenir la mention acquis et validé à la proposition de pratique portant sur l'évaluation rapide d'un déséquilibre.
- Obtenir la mention acquis et validée lors de l'évaluation de séance complète (uniquement pour les stagiaires déjà enseignants de yoga) pour le *doṣa* du binôme de travail.
- Obtenir la mention acquis et validée lors de l'évaluation intégrative du module n°4.
- Avoir une attitude générale basée sur la bienveillance et le respect de l'éthique en s'abstenant d'avoir des propos qui relèveraient de l'exercice illégal de la médecine par exemple.

2.7.3 - Mesures d'accompagnement pour favoriser l'engagement du stagiaire

Les 2 formations étant proposées en immersion, les formatrices et la responsable de formation seront disponibles pour toute question ou aide.

Lorsque le stagiaire a terminé la formation, une adhésion à la newsletter de l'école sera proposée ainsi que le maintien des coordonnées au sein de l'école afin de créer un contact permanent et d'être tenus informés des dernières évolutions et des mises à jour éventuelles des programmes.

Il pourra également choisir d'être répertorié sur l'annuaire de l'école afin de bénéficier d'une publicité gratuite. La responsable de l'école se réserve le droit d'exclure un ou une diplômée si son attitude portait atteinte à la réputation de l'école ou de la responsable.

2.7.4 Organisation du suivi de l'action

Feuilles d'émargement pour chaque module

Attestation de présence.

Évaluations de pratiques

2.7.5 Niveau de performance et d'accomplissement de la formation

	Formation animateur/trice de voyage et massage sonore	Formation Yoga ayurveda (1 ière session)
Nombre de stagiaires formés	9	En attente de la 1 ^{ier} Promo
Nombre de stagiaires ayant interrompu la formation	1	En attente de la 1 ^{ier} Promo
Nombre de stagiaires ayant mis en suspens la formation (Raison de santé ou personnelle)	0	En attente de la 1 ^{ier} Promo
Taux de réussite aux évaluations	100%	En attente de la 1 ^{ier} Promo
Taux de satisfaction à l'issue de la formation	100%	En attente de la 1 ^{ier} Promo
Nombre de stagiaire ayant proposé des prestations 6 mois après la formation	3	En attente de la 1 ^{ier} Promo

2.9 PROGRAMMES DES FORMATIONS

Formation animateur/trice de voyage et massage sonore

Module Connaissance des instruments

- Propriétés physiques du son
- Interaction du son avec l'humain
- Instruments du son à visée bien-être : effets et précautions

Module Animation d'un voyage sonore, d'une relaxation et d'une méditation.

- Théorie sur la pratique des sons
- Théorie sur l'énergétique Indienne
- Outils pour s'ancrer, se centrer et se concentrer
- Créer et animer un voyage sonore
- Différences entre méditation/relaxation et voyage sonore
- Jeux avec les sons
- Évaluations

Module Réalisation d'un massage sonore

- Protocoles de massages sonores
- Réaliser des massages sonores
- Évaluations

Module de mise de pratique générale

- Révision de sa pratique de voyage sonore, relaxation ou méditation
- Révision de sa pratique de massage sonore
- Questions
- Fin des évaluations

Formation animateur/trice de voyage et massage sonore

Module Connaissance de bases en ayurveda et *doṣa*

- Principes clés de l'Ayurveda et des *doṣa*
- Observation des grands cycles (journée, saison, énergie personnelle)
- Notions d'équilibre et déséquilibre : mode de vie, alimentation, pratique
- Pratique de yoga ayurvédique pour expérimenter les qualités énergétiques
- Évaluation QCM de 5 questions

Module Yoga ayurvédique et *doṣa* (*Vāta, Pitta et Kapha*)

- Adapter la pratique à *Vāta, Pitta et Kapha*
- Besoins spécifiques de chaque *doṣa* dans la pratique de yoga
- Adaptation posturale : rythme, intensité stabilité
- Prāṇayāma et méditation selon les profils énergétiques
- Expérimentation de pratiques différenciées
- Travail en binôme, étude de cas

Module Construction de séance adaptée au *doṣa* et connaissance de routines d'hygiène de vie (*dinācarya*)

- Principes de construction d'une séance adaptée au *doṣa* dominant
- Introduction aux routines de saisons (*dinācarya*)
- Lien entre pratique, récupération et énergie
- Exemples de séquences simples et applicables
- Évaluation (pour les enseignants de yoga) production d'une séance complète pour le *doṣa* du binôme

Module Adapter la pratique aux saisons

- Influence des saisons sur les *doṣa* et l'énergie
- Séquences types adaptées aux grandes saisons
- Ajustement de l'intensité et des intentions de pratique
- Recette simple et rituel ayurvédique de saison
- Évaluation intégrative : Construction de séance en groupe en prenant en compte les spécificités ayurvédiques du groupe et de la saison.

L'organisation des modules vous sera communiqué une fois sur le site, avec la répartition des diverses sessions en fonction des jours et des temps de repos organisés. Des activités optionnelles hors session de formation pourront vous être également proposées.