



Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

# Certificat Fédéral d'Aptitude d'Animation Do-In

## REFERENTIEL DE FORMATION DO-IN





## Sommaire

Définition du Do-In FFST .....	3
Code de déontologie Do-In FFST .....	4
Attitude et éthique .....	4
Informations générales sur le cursus agréé FFST .....	4
Cursus animateur Do-In prévention-santé .....	6
Connaissances fondamentales obligatoires pour l'obtention de la certification fédérale .....	8
Certification Fédérale d'Aptitude d'Animation Do-In (CF2ADI) .....	11
Formation continue label FFST .....	14
Annexes .....	15

## Informations centre de formation, formateurs, assistants et stagiaires

Nous tenons à préciser que parfois nous gardons le masculin dans la rédaction de ce référentiel de formation, bien que nous soyons conscientes que notre profession est essentiellement portée par des femmes. Merci de votre compréhension.

Le présent document est actualisé par le Pôle Formation. Il reprend tous les ajustements intervenus depuis la précédente édition.

Entre-temps, si des modifications doivent intervenir, celles-ci sont communiquées via les Newsletters de la FFST, en direction des Centres de Formation, des formateurs et assistants. Charge à eux de transmettre ces informations à leurs stagiaires.

Il n'existe plus de version papier de ce livret, **il est recommandé aux centres de formation d'en faire une lecture attentive avec leurs stagiaires en début de formation et de les inciter à en garder une copie.**

## Le Pôle Formation de la FFST



## 1. Définition du Do-In FFST

### ➤ Le Do-In : voie de l'énergie / Auto-Shiatsu ou « Yoga Japonais »

D'origine japonaise, le Do-In est une discipline de prévention composée d'un ensemble de techniques corporelles et mentales alliant postures, mouvements, étirements, automassages, respiration, relaxation et méditation.

Ce travail réalisable par et sur soi-même vise à harmoniser la circulation énergétique, renforcer et entretenir l'état de santé.

Les exercices de Do-In visent donc à stimuler les grandes fonctions du corps : la respiration, la circulation, la digestion, le système nerveux et l'énergie. Il s'inscrit dans le domaine de la prévention et du bien-être-santé, et c'est un excellent complément au Shiatsu.

#### Pour qui ?

Le Do-In est accessible à tous et à tout âge de la vie et ne nécessite pas de condition particulière. Il peut se pratiquer debout, assis, sur une chaise au sol. Il est utilisé fréquemment par les praticiens de Shiatsu pour se préparer à leur journée de travail.

#### Pourquoi ?

Le Do-In aide à prévenir et à rétablir les dysfonctionnements de l'organisme liés à une mauvaise circulation de l'énergie corporelle. Cette technique est basée sur le concept des méridiens d'acupuncture. Les bienfaits :

- ✓ aide à faire circuler l'énergie dans le corps et à la renforcer –
- ✓ autorégule et assouplit le corps
- ✓ optimise les fonctions de l'organisme : digestion, sommeil, système hormonal...
- ✓ aide à entretenir son bien-être, sa santé et sa vitalité
- ✓ contribue à trouver la détente et le calme intérieur

#### Comment ?

- ✓ gérer son énergie pour trouver un état d'équilibre
- ✓ s'étirer, corriger la posture, respirer en conscience pour détendre les tensions du corps
- ✓ se relaxer, méditer pour apaiser son esprit
- ✓ une fois initié, le Do-In est une méthode que l'on peut pratiquer seul en toutes circonstances

La conduite d'une séance de Do-In requiert des compétences particulières, transmises par des formateurs qualifiés, agréés par la FFST, au travers d'un cursus totalisant un minimum de 90 heures en présentiel et distanciel, réparties entre 6 mois et 12 mois généralement.

*La pratique du Do-In n'a, en aucun cas, de prévention médicale ou paramédicale. Elle apporte une aide et un accompagnement, mais ne se substitue, en aucune façon, à un quelconque acte médical.*



## 2. Code de déontologie Do-In FFST

### Information importante

Les stagiaires ont obligation de remettre un exemplaire de ce code de déontologie daté et signé dès le début de leur formation. Chaque centre de formation est tenu de garder en archivage tous les codes de déontologie de l'ensemble des stagiaires, et ceci dès le début de la formation.

A la demande du Pôle Formation, chaque responsable de centre de formation aura pour obligation d'envoyer sous 8 jours à la FFST le ou les Code(s) de Déontologie réclamé(s).

Cette procédure permet à la FFST d'avoir un document de référence en cas de non-respect de ce code par un stagiaire, et par conséquent, avoir un moyen d'action.

A ce sujet, il est précisé que le formateur, ainsi qu'un chargé de mission de Pôle, sont en charge de vérifier tous les sites internet et réseaux sociaux des stagiaires. En cas de non-respect de ce code de déontologie, la FFST a la possibilité de donner des sanctions allant de l'avertissement à l'interdiction de se présenter à l'examen fédéral.

**Se reporter à l'annexe 1**

## 3. Attitude et éthique

Les stagiaires doivent avoir une attitude conforme à l'éthique au sein de leur organisme de formation, mais aussi à l'extérieur vis-à-vis d'un autre organisme, d'un formateur ou d'un praticien.

Tout manquement pourra faire l'objet d'une saisine du pôle législation et éthique de la FFST, et sera consigné dans le dossier du stagiaire.

En cas de manquement grave, dûment constaté, en relation avec le non-respect du code de déontologie, le Pôle Formation se réserve le droit de repousser ou de refuser le passage de la Certification Professionnelle, pour le stagiaire concerné.

**La formation à l'éthique est incluse dans le module « installation professionnelle » et la connaissance du code de déontologie FFST sera vérifiée lors de l'examen fédéral.**

**Se reporter à l'annexe 2**

## 4. Informations générales sur le cursus agréé FFST

Rappelons ici que, **dans l'état actuel de la législation française, il n'existe pas de Diplôme d'État d'Animateur Do-In (le diplôme étant un titre délivré par une université, une école d'État, ...), mais un Certificat Fédéral d'Aptitude d'Animateur Do-In (CF2ADI) visant à valider le cursus d'étude d'un candidat avec un examen pratique.**

Le **certificat d'aptitude à l'animation Do-In** proposé par la FFST sanctionne un cursus d'études reconnu par la profession comme **répondant aux exigences de qualité professionnelle**, technique et théorique, ainsi que déontologique pour la pratique du métier



d'animateur Do-In. Il valide un parcours de formation qui est soumis à **un examen final pratique devant un jury de professionnels** et une validation de compétences, sous forme d'évaluation continue tout au long du cursus en centre de formation.

Tous les candidats à ce certificat doivent être rattachés à un formateur et un centre de formation accrédité FFST. Aucune candidature libre n'est possible.

Tous les stagiaires doivent être à jour de leur cotisation pour faire valider le nombre d'heures de leur cursus et se présenter au CF2ADI.

### **Prérequis exigés en vue de l'obtention de la Certification Fédérale**

*(décernée sous la responsabilité de la FFST)*

- ✓ adhésion FFST pendant toute la durée de la formation, et être à jour de sa cotisation
- ✓ Code de déontologie daté et signé
- ✓ attestation PSC1 de moins de 5 ans ou équivalence
- ✓ extrait de casier judiciaire (bulletin n° 3)
- ✓ attestation de formation des acquis en anatomie et physiologie par un OF agréé par la FFST ou dispense
- ✓ attestation de formation des acquis en MTC
- ✓ règlement de l'inscription à la session d'examen, par chèque à l'ordre du centre organisateur FFST (80 euros)
- ✓ avoir suivi un minimum de 4 heures de cours, ateliers, stages de Do-In auprès de formateurs agréés ou d'animateurs Do-In FFST (présentiel ou distanciel)
- ✓ Carnet de suivi du stagiaire FFST, dûment rempli, attestant du suivi des modules du parcours Do-In pour un minimum de 90 heures de formation en présentiel et/ou en distanciel

Tous les éléments du dossier doivent être transmis en une seule fois par le centre de formation à la fédération, aucun dossier fractionné ne sera accepté. Chaque élément du dossier doit avoir un titre bien précis, voir Process et Nomenclature dans l'Espace Privé Formateur.

**Information importante :** le jour de l'examen les candidats devront obligatoirement présenter leur licence d'adhésion à la FFST et une pièce d'identité.

La formation est ouverte aux personnes qui s'inscrivent dans une démarche de formation fédérale. Selon le niveau préalable d'admission, elle peut se dérouler entre 6 et 12 mois.

Le futur stagiaire doit avoir un entretien de positionnement avec le responsable du centre de formation en vue de l'admission définitive.

Cette étape permet au stagiaire de valider son choix et de s'assurer que la formation lui correspond.

C'est au Centre de Formation de s'assurer que le stagiaire présente toutes les qualités requises pour intégrer le cursus de formation.



## 5. Cursus animateur de Do In prévention-santé »

La formation d'animateur Do-In est un cursus qui s'adresse aux personnes qui souhaitent développer le Do-In dans une pratique professionnelle. La pratique du Do-In est un plus, mais n'est pas obligatoire pour démarrer la formation.

Ce cursus répond aux exigences des professionnels du Shiatsu et du Do-In et permet d'acquérir toutes les aptitudes nécessaires pour lancer son activité professionnelle.

**Elle s'articule autour de compétences à acquérir définies ci-dessous, pour atteindre les objectifs fixés.**

### Les objectifs de la formation d'animateur Do-In

- **Animer professionnellement des séances de Do-In bien-être-santé adaptées et sécuritaires pour tous**
- **Proposer, au sein de son activité professionnelle, les techniques Do-In pour prévenir et améliorer le bien-être-santé des consultants.**

A l'issue de cette formation l'animateur Do-In devra avoir développé les aptitudes selon les objectifs fixés ci-dessus, et acquis des capacités dans les domaines suivants :

### Les capacités

- **La théorie**
  - ✓ Savoir expliquer la philosophie du Do-In avec un langage simple et compréhensible par tous
  - ✓ Expliquer le déroulement d'une séance
  - ✓ Maîtriser les bases énergétiques fondamentales de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC)
- **La pédagogie / le relationnel**
  - ✓ Cerner et évaluer les particularités de son public et s'adapter au lieu de la séance
  - ✓ Porter une tenue adéquate pour animer sa séance tout en restant en cohésion avec le public, le lieu...
  - ✓ Connaître les mesures de précaution
  - ✓ Savoir séquencer la séance (gestion du temps) tout en gardant une capacité d'adaptation en faisant preuve de flexibilité, par exemple une possibilité de changer ses propositions en cours de route
  - ✓ Établir des consignes précises pour la bonne exécution de l'exercice dans les règles de sécurité
  - ✓ Dérouler sa séance de manière fluide avec un langage clair
  - ✓ Savoir être à l'écoute et gérer le groupe : corrections, réponses ou demande, prise en compte des critiques, ajustement en fonction des possibilités ou non du public...
  - ✓ Savoir capter et maintenir l'attention des participants
- **La technique**
  - ✓ Maîtriser les gestes et postures et savoir les transmettre
  - ✓ Savoir démontrer la technique ou en déléguer la démonstration en cas d'incapacité temporaire
  - ✓ Savoir opérer les corrections individuelles



### ➤ L'évaluation

- ✓ S'auto-évaluer à la fin de séance
- ✓ Demander un retour des participants

### ➤ Le professionnel : le métier Do-In

- ✓ Définir son projet professionnel et son profil animateur/Do-In
- ✓ Acquérir les compétences et outils nécessaires pour lancer ou développer son activité professionnelle

### ➤ L'éthique/Déontologie

- ✓ Connaître le code éthique de la FFST et respecter le code déontologie de l'animateur Do-In FFST qui est lu, approuvé et signé

**Le volume horaire de la formation de l'animateur Do-In est estimé à environ 90 heures (hors connaissances fondamentales pour l'obtention de la certification PSC1, MTC, Anat/Physio) réparties entre 6 et 12 mois**

## Programme

### Théorie – Pédagogie pratiques et techniques : 80 heures minimum

- ✓ Présentation, historique, philosophie
- ✓ Bases fondamentales : contenus et définition
- ✓ Les techniques : postures, mouvements, respiration, étirements, relaxation, méditation, auto-shiatsu
- ✓ Applications pratiques : Do-In de saison, Do-In et stress, Do-In et mal de dos, Do-In en entreprise, Do-In et sommeil, Do-In et fatigue
- ✓ Les différents publics et participants : femmes, seniors, sportifs, actifs, enfants/parents...Préparation à l'examen fédéral

### Stage « pratique observationnelle » : 4 heures minimum

### Installation professionnelle : 6 heures minimum

- ✓ Le Do In et les débouchés professionnels
- ✓ Démarches administratives : statuts, déclarations, assurances...
- ✓ Installation du local...
- ✓ Les relations avec les autres professionnels : conventions, contrats, devis, factures, tarifs...
- ✓ Publicité, communication, tarifs des prestations
- ✓ **Définir son projet professionnel validé par le centre de formation**

Chaque centre est bien entendu libre d'approfondir ce programme, qui est le minimum requis. Le contrôle continu est à la charge du formateur. L'attestation fournie par l'organisme de formation précise la réussite et le nombre d'heures effectuées. Ces indications seront portées sur le carnet de suivi du stagiaire en vue de la poursuite de la formation et de la Certification Fédérale.



## 6. Connaissances fondamentales obligatoires pour l'obtention de la certification fédérale (CF2ADI)

### ➤ Formation aux premiers secours (PSC1) ou équivalence

Pour se conformer au code de déontologie de la FFST, la formation aux premiers secours est obligatoire pour valider la Certification Fédérale.

L'attestation est vérifiée par le centre de formation et inscrite sur le livret pédagogique. Elle est conservée par l'organisme de formation dans le dossier du stagiaire et sera jointe au dossier de validation de la certification.

Les professions suivantes, sur présentation de justificatifs, sont dispensées de cette formation : secouristes du travail, pompiers, médecins urgentistes, médecins anesthésistes, sage-femmes, infirmières et aides-soignantes en milieu hospitalier (à condition d'avoir suivi une formation de recyclage en interne, à justifier ou être titulaire de l'AFGSU 1 et 2).

Toutes les autres formations (BNS, AFPS) doivent faire l'objet d'une remise à niveau de moins de 5 ans.

### Formation non incluse dans les 90 heures du cursus Animateur de Do-In

### ➤ Formation Anatomie-Physiologie ou dispense

Le module d'Anatomie-Physiologie, validé par un centre de formation FFST doit obligatoirement être validé pour s'inscrire à la Certification FFST.

Le stagiaire peut effectuer sa formation auprès d'un formateur Anatomie/Physiologie accrédité FFST attaché à leur organisme de formation ou à un autre organisme. La liste des formateurs accrédités est consultable sur le site de la FFST.

La formation d'anatomie palpatoire n'étant pas requise pour le Do-In, le module peut être fait en présentiel ou en distanciel.

Le contrôle continu est à la charge du formateur.

L'attestation fournie par le formateur d'anatomie-physiologie précise la réussite (acquis ou note) et le nombre d'heures effectuées. Ces indications seront portées sur le carnet de suivi du stagiaire en vue de la poursuite de la formation et de la certification fédérale. Elle sera jointe au dossier de validation de la certification.

Programme conseillé (*minimum 35h présentiel ou distanciel accompagné avec travail personnel*) :

- Organisation générale du corps humain
- La cellule
- L'appareil locomoteur : les os, les articulations, les muscles
- L'appareil cardiovasculaire
- L'appareil respiratoire
- L'appareil digestif
- Le système nerveux
- Le système endocrinien



- Le sommeil
- L'équilibre acido-basique
- Le stress : burn-out, dépression - le cancer
- Les principales pathologies des différents appareils...

Chaque centre est bien entendu libre d'approfondir ce programme, qui est le minimum requis.

#### **Formation non incluse dans les 90 heures du cursus Animateur de Do-In**

#### **Liste des professionnels pour la dispense de l'Anatomie/Physiologie**

diplômes ou activités professionnelles	dispense
agent d'accompagnement en station thermale	non
ambulancier	non
DE aide médico-psychologique	oui
assistant dentaire	non
Bac général filière S	non
Bac pro / techno SMS / ST2S	non
BEP sanitaire et social	non
BEPA service aux personnes	non
BP préparateur en pharmacie	oui
BTS diététique	non
CAP petite enfance	non
chiropraticien	oui
chirurgien-dentiste	oui
DE / DTS manipulateur en électroradiologie	oui
DE aide-soignant	oui
DE auxiliaire puériculture	oui
DE ergothérapeute	oui
DE masseur-kinésithérapeute	oui
DE pédicure-podologue	non
DE psychomotricien	oui
DE technicien en analyses médicales	non
éducateur spécialisé	non
éducateur sportif 1 <sup>er</sup> degré	oui
éducateur sportif 2 <sup>ème</sup> degré	oui
éducateur sportif avec tronc commun (ancien BEES / nouveau BPJEPS)	oui
enseignant en anatomie-physiologie écoles supérieures / classes prépa	oui
esthéticienne (BTS seul, sans anatomie / physiologie préalable)	non
esthéticienne (CAP / BEP)	oui
étiopathe	oui
infirmier	oui
infirmier spécialisé / anesthésie / bloc opératoire	oui
licence STAPS	oui
licence SVT	oui
médecin	oui
ostéopathe	oui
PCEM 1 prépa médecine validée	oui
pharmacien	oui



professeur de danse avec EAT/DE	oui
professeur de danse sans EAT/DE	non
professeur EPS	oui
professeur SVT	oui
puéricultrice	oui
sage-femme	oui
secrétaire médicale	non
visiteur médical homologué niveau 3	oui
vétérinaire	oui

## ➤ Formation Bases fondamentales en Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) ou dispense

Le module de MTC doit être validé pour s'inscrire à la Certification FFST.

Le stagiaire peut effectuer sa formation auprès d'un formateur MTC accrédité FFST attaché à son organisme de formation ou à un autre organisme. Il est conseillé d'effectuer ce module en amont ou dès le début de la formation.

Le contrôle continu est à la charge du formateur.

L'attestation fournie par le formateur de MTC précise la réussite (les acquis ou note) et le nombre d'heures effectuées. Ces indications seront portées sur le carnet de suivi du stagiaire en vue de la poursuite de la formation et de la certification fédérale. Elle sera jointe au dossier de validation de la certification.

Programme conseillé (*minimum 35h présentiel ou distanciel accompagné avec travail personnel*) :

- la prévention de la santé en MTC
- les grands principes (yin/yang, le Qi, les 5 éléments...)
- connaissance des 12 méridiens traditionnels et tendino-musculaires, Vaisseaux Conception et Gouverneur
- les 26 principaux points énergétiques : 1V – 20GI – 10V – 20VB – 12V - 20VG
- 1P – 17VC - 12VC – 25 E – 6VC - 4GI – 5 TR – 11GI - 3C – 6MC – 9P – 7MC –
- 7C - 8MC - 30VB - 34VB – 36 E – 57V – 1R - 6 RP...
- le Hara et les 3 foyers
- les causes des déséquilibres énergétiques : climats, émotions, autres facteurs...

Chaque centre est bien entendu libre d'approfondir ce programme, qui est le minimum requis.

### Formation non incluse dans les 90 heures du cursus Animateur de Do-In

### Dispense

Les stagiaires ayant déjà suivi un cursus de formation MTC (Shiatsu, Qi-Gong, Yin Yoga, naturopathe, autre...) devront attester du niveau MTC requis en Do-In pour en être dispensé. L'organisme de formation validera ou non le niveau.

Il pourra alors demander au stagiaire une simple mise à niveau ou le suivi intégral du module MTC pour la formation Animateur de Do-In.



## 7. Certification fédérale (CF2ADI)

À la fin de son cursus, le candidat doit être capable d'animer une séance de Do-In séquencée en adéquation avec le thème, le lieu, le public. Il doit pouvoir établir des consignes précises pour la bonne exécution de l'exercice dans les règles de sécurité. Il doit également faire preuve d'un comportement empreint de sérieux, de respect et de confidentialité vis à vis de son public. Il est rappelé que l'épreuve pédagogique pratique n'est pas la démonstration d'une suite de techniques mais avant tout une animation de séance fluide, explicite, adaptée, et dans le respect de la sécurité.

### ➤ Conditions pour se présenter au CF2ADI

- ✓ être adhérent FFST et à jour de sa cotisation  
Remarque importante : un candidat dont le formateur ne serait pas à jour de sa cotisation ne pourra pas se présenter à l'examen.
- ✓ connaître et observer en tout point le code de déontologie Do-In de la FFST
- ✓ avoir suivi les cours pédagogie-pratique de 80 heures minimum auprès d'un formateur agréé FFST, auxquels se rajoutent les 6 heures d'aide à l'installation professionnelle et les 4 heures minimum de stage d'accompagnement
- ✓ avoir validé les modules de MTC et d'Anatomie - Physiologie, ou en être dispensé
- ✓ être titulaire d'une formation aux premiers secours (PSC1) ou présenter une équivalence
- ✓ avoir construit et rédigé son projet professionnel validé par le centre de formation
- ✓ produire un extrait de casier judiciaire vierge (bulletin N° 3) de moins de 3 mois au moment de l'inscription
- ✓ régler au centre d'examen les frais d'inscription à l'examen (80 euros en 2023).  
un candidat ne se présentant pas à l'examen ne pourra prétendre au remboursement de son inscription, sauf pour raison valable justifiée
- ✓ carnet de suivi du stagiaire dûment rempli et complété par le formateur
- ✓ fiche d'inscription remplie et validée par le Formateur

### ➤ Remise des prérequis

Les candidats ont accès à la liste des lieux/dates d'examen pratique sur le site de la FFST, et peuvent s'y inscrire si son formateur l'y autorise. Cela signifie que le stagiaire choisit de passer l'examen pratique dans le centre qui l'a formé, ou bien il peut s'inscrire sur une autre session auprès d'un autre Centre de Formation FFST en France.

**Le DOSSIER NUMERIQUE COMPLET des pièces à fournir doit être rassemblé par le stagiaire, qui ensuite le transmet au Centre de Formation, qui fera suivre au secrétariat de la FFST.**

**La FFST dispose d'un délai de 2 mois pour valider la certification, puis pour envoyer le certificat fédéral au stagiaire ou au centre de formation avec une version papier et une version PDF. Merci aux centres de formation de spécifier l'adresse de l'envoi du certificat, du centre de formation ou du stagiaire, lors de l'envoi des dossiers.**

**Aucune inscription en tant que candidat libre n'est acceptée.**



## ➤ Déroulement des épreuves

### Information importante

Le jour de la certification, les candidats devront obligatoirement présenter leur licence FFST à jour et une pièce d'identité lors de la signature de la feuille d'émargement.

Chaque candidat nécessite la présence de 2 examinateurs, 1 formateur Do-In obligatoire qui sera président du Jury et 2 autres membres de la FFST (formateur/assistant formateur/animateur Do-In ou membre du CA). Ceci permettant de faire des rotations et d'avoir toujours un membre du jury dans le groupe.

Selon le nombre de candidats présentés, le centre de formation organisateur pourra faire appel à des jurés supplémentaires si besoin.

Le responsable d'organisme de formation qui présente ses candidats ne peut pas évaluer ses propres stagiaires ; ceci s'applique aux assistants ainsi qu'aux examinateurs qui connaîtraient un candidat.

Chaque juré est signataire de la Charte de l'Examinateur.

Pour connaître les modalités d'évaluation pratique, se reporter à la grille d'évaluation pratique **annexe 3**

### Déroulement de l'examen fédéral

- **Lieu** : au sein des écoles de DO-IN qui choisissent d'organiser les examens.
- **Dates** : fixées par les centres d'examens, la liste est consultable sur le site de la FFST
- **Ordre de passage des candidats** : tiré au sort avant le début des épreuves
- **Durée de l'examen par candidat** : 1h, mais sa présence est requise pour toute la durée de l'examen (ensemble des candidats servant de participants pour les séances de Do-In)
- tirage au sort du sujet et temps de préparation de la fiche de séquence : 25 mn
- conduite de la séquence préparée : 25 mn (5mn de présentation et accueil du groupe+ 20 min de pratique)
- Temps de questions/échange avec le jury : 5 mn

### Conduite de la séquence tirée au sort

le candidat tire au sort :

- un thème sur lesquels il a été formé (10)
  - ✓ Do-In des saisons X 5
  - ✓ Do-In et stress
  - ✓ Do-In et mal de dos
  - ✓ Do-In et fatigue générale
  - ✓ Do-In et sommeil
  - ✓ Do-In et douleurs diverses contextualisées
  - ✓



- un public de participants (5)
  - ✓ tout public
  - ✓ seniors (hors institution)
  - ✓ actifs en entreprises
  - ✓ sportifs
  - ✓ femmes (hors grossesse)

Le candidat dispose de 25 minutes pour préparer sa séquence tirée au sort

Présentation du candidat, de la séance et conduite d'une partie de celle-ci : 25 mn

Questions/échange avec le jury pendant 5 mn. Le jury pourra poser des questions sur la conduite, le contenu de la formation et s'assurera de la bonne connaissance du code de déontologie.

***Comme dans tout examen, les documents de cours et fiches de séances préparées à l'avance ne sont pas admis lors des épreuves.***

### ➤ **Le projet professionnel**

Le projet professionnel sera travaillé, préparé et présenté au sein de l'organisme de formation. Un exemplaire numérique validé, signé et tamponné sera conservé par le centre de formation et envoyé à la FFST avec l'ensemble des preuves pour valider la certification.

#### **Consignes pour l'élaboration du projet :**

Le projet doit comporter environ 5 à 10 pages. Ce n'est pas le nombre de pages qui compte dans le projet, ni la forme, mais son contenu et la motivation du candidat pour le présenter.

Il a pour objectif :

- ✓ de connaître le candidat et son parcours professionnel
- ✓ d'apprécier ses motivations : pourquoi a-t-il suivi le cursus d'animateur Do-In ? Qu'est-ce que cela lui a apporté ?
- ✓ de comprendre son projet professionnel : comment veut-il exercer le métier d'animateur Do In ? Auprès de quel public ? A-t-il envisagé de se perfectionner, de se spécialiser, de développer d'autres compétences ?...

### ➤ **Résultats**

Les résultats seront transmis aux candidats dès que le centre de formation auquel ils sont attachés en aura connaissance.

En cas d'échec le responsable de l'organisme de formation pourra représenter son stagiaire lors d'une prochaine session d'examen, à la condition que le stagiaire justifie d'un minimum de 10 heures de révisions/préparation à ce nouveau passage. Ces heures pourront être effectuées au sein de l'organisme préparateur initial ou auprès d'un autre organisme accrédité FFST. Les heures pourront s'effectuer en présentiel ou distanciel. Elles seront notifiées sur le carnet de suivi du stagiaire.



Dans tous les cas, le responsable d'organisme de formation valide la réinscription à l'examen pratique et le stagiaire devra de nouveau s'acquitter des frais d'inscription en vigueur.

### ➤ **Grille d'évaluation de la pratique au CF2ADI**

**Remarque importante : les grilles d'évaluation sont susceptibles d'être révisées annuellement. (annexe 3)**

Pour être en conformité avec les évaluations fédérales en vigueur, les grilles sont élaborées par compétences avec des critères d'évaluation et des indicateurs.

Il n'y a plus de notes mais les indicateurs sont évalués par des notions factuelles :

- ✓ Acquis
- ✓ En cours d'acquisition
- ✓ Non acquis

Les membres du jury remplissent ensemble la grille d'évaluation pratique juste après l'épreuve.

***Pour la réussite de l'examen, seuls les items "acquis" sont pris en compte - 1 seul item "non acquis", parmi les items en rouge jugés indispensables, est éliminatoire - La colonne "à renforcer" permet au candidat de connaître ses points faibles.***

Les commentaires en fin de grille seront donnés pour aider le candidat à prendre en compte :

- ✓ ses points faibles, ce qui lui donne un axe de progrès notamment s'il devait repasser l'épreuve pratique
- ✓ ses points forts sur lesquels il pourra s'appuyer

**Note :** La procédure d'examen répond aux exigences de tout examen national (organismes de formation privés ou publics). Le jury est souverain et les résultats ne sont pas contestables.

A l'issue de l'épreuve, le candidat dispose d'une feuille nominative d'observation sur laquelle il pourra noter toutes ses remarques concernant les conditions de passage d'examen (accueil, déroulement...) ou des suggestions en vue d'enrichir la qualité des prochaines sessions.

**NB : ces observations n'auront aucune incidence sur la décision du jury et seront lues après les délibérations.**

## **8. Formation continue et label FFST**

Dans le cadre de la formation continue et des règles de formation en vigueur, et afin de garantir le label FFST, il est conseillé de suivre un module post-certification au minimum tous les 2 ans.



## Annexe 1- Code de déontologie Do-In FFST

### Application aux pratiquants de Do-In, aux détenteurs du Certificat d'Aptitude d'Animateur Do-In et aux Formateurs Do In certifiés FFST

Tout animateur ou formateur Do In de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel (FFST) s'engage, dès son inscription, au respect de ce code de déontologie conforme à l'esprit du Shiatsu et du Do In, à la lettre des statuts, au règlement intérieur de la FFST, et aux lois et règlements en vigueur, tant français qu'européens.

En conséquence, il s'engage également sur l'honneur à :

- ✓ - Respecter la sécurité de toute personne présente en s'assurant de leur intégrité et de leur sécurité dans toutes ses composantes physique, morale, socioculturelle, religieuse, croyances...
- ✓ - S'assurer du consentement de toute personne présente à la formation à recevoir ce qui lui est proposé, de la part des formateurs, des assistants et des autres stagiaires ;
- ✓ - Respecter une stricte confidentialité ;
- ✓ - Toujours garantir une prestation optimale, notamment en maintenant ses compétences au plus haut niveau, à l'aide de cours, stages et formations complémentaires, y compris après sa certification ;
- ✓ **mener ses activités de Do In en excluant toute forme de prosélytisme confessionnel, politique ou sectaire**, ce qui constituerait un motif de radiation.
- ✓ - Informer le receveur lorsqu'il intègre d'autres pratiques au cours de la séance de Do In afin de ne pas créer de doute quant à la nature réelle du Do In.
- ✓ **être détenteur de la formation aux premiers secours**, datant de moins de cinq ans, délivrée par la Croix-Rouge Française, la Protection Civile, les Pompiers, ou tout autre organisme habilité, ou à présenter une équivalence. En outre, il doit garder à l'esprit que le Do In n'est pas une pratique médicale au sens occidental du terme, ni une idéologie, mais un art s'inscrivant prioritairement dans le domaine de la prévention santé, et plus généralement du « bien-être ».

Par conséquent, il doit :

- ✓ s'abstenir d'établir un quelconque diagnostic
- ✓ se garder d'interrompre ou de modifier un traitement médical
- ✓ s'interdire de prescrire ou conseiller des médicaments
- ✓ diriger sans délai vers un médecin toute personne se plaignant ou présentant les signes d'un malaise
- ✓ avoir une conception pluridisciplinaire de sa pratique

L'animateur Do In, quant à lui, s'engage à fixer ses honoraires, en accord avec l'équité, en les proportionnant aux prestations fournies, tout en restant libre d'offrir des séances ou encadrements d'ateliers gratuits. Rappelons que seul **l'animateur Do In certifié, et à jour de son assurance, est en droit de demander des honoraires**.

Il doit également **fournir un extrait de casier judiciaire (bulletin n° 3) datant de moins de trois mois pour pouvoir prétendre aux certifications** et informer le bureau exécutif si, par la suite, il faisait l'objet d'une quelconque condamnation ; faute de quoi, il s'exposerait à une radiation immédiate.



Il va de soi que dans le cas d'une condamnation grave, le bureau exécutif se verrait dans l'obligation de prendre les mesures qui s'imposent, allant jusqu'au retrait, pour son titulaire, de la licence FFST.

La non-observation caractérisée, par un membre actif animateur ou formateur Do In de la FFST, des engagements et principes énumérés ci-dessus entraînera sa radiation immédiate de la FFST, dès que le bureau exécutif en aura connaissance. Toutefois, l'intéressé aura toujours la possibilité de saisir les Référents des Pôles Formation et Ethique. Des poursuites pourraient être également engagées à l'encontre de l'intéressé au cas où les intérêts moraux ou matériels de la FFST seraient compromis. Dans tous les cas de radiation, la citation illégitime de l'appartenance à la FFST ainsi que l'utilisation du logotype feront l'objet de poursuites.

Nom de l'adhérent :

Nom du formateur :

Date :

Mention manuscrite « lu et approuvé » :

Signature :

#### **Informations importantes :**

Les stagiaires ont l'obligation de remettre un exemplaire de ce code de déontologie daté et signé dès le début de leur formation.

Chaque centre de formation est tenu de garder en archivage tous les codes de déontologie de l'ensemble des stagiaires, et ceci dès le début de la première année de formation.

A la demande du Pôle Formation ou du Pôle Ethique, chaque responsable de centre de formation aura pour obligation d'envoyer sous 8 jours à la FFST le ou les code(s) de déontologie réclamé(s). Cette procédure permet à la FFST d'avoir un document de référence en cas de non-respect de ce code par un stagiaire, et par conséquence d'avoir un moyen d'action. A ce sujet, il est précisé qu'un chargé de mission est en charge de vérifier tous les sites des stagiaires. En cas de non-respect de ce code de déontologie, le Pôle Formation et le Pôle Ethique de la FFST ont la possibilité de mettre des sanctions allant de l'avertissement à l'interdiction de se présenter à la certification fédérale.



## Annexe 2 – Eléments d'éthique

Tout être humain en rapport avec les autres (et avec lui-même) se doit d'avoir un comportement moral le plus «désirable» possible.

Désir que «l'autre» respecte "mon" histoire de vie, "mon" apparence et ne s'inscrive ni en juge ni en guide auto-proclamé dans ma vie. Nul n'est plus habilité que "moi" à comprendre et à gérer ma vie, je suis capable de demander de l'aide à qui de droit et à bon escient.

Et «l'autre» c'est moi. Dans toute thérapie nécessitant le rapport au corps (ou à l'âme) le respect dans le toucher est primordial. Ainsi le toucher Shiatsu est sans ambiguïté : ni sexuelle, ni affective, ni traumatisante. L'empathie se manifestera au niveau de la qualité technique, de la précision, de l'intention juste, dénuée de tout désir de pouvoir, d'emprise sur l'autre.

La FFST n'a aucunement le désir de baisser ses exigences tant en matière de connaissances théoriques que pratiques et comportementales. Le code de déontologie reste le meilleur guide pour rappeler à chacun qu'aucune technique de soin n'est profitable si elle est médiocre tant dans la forme que dans l'esprit. Le corps est un temple sacré qu'il faut respecter. Dans une société en pleine mutation et en perte de valeur il nous importe encore plus de rester vigilants et exigeants sur la qualité de notre pratique et de notre comportement.

Un comportement éthique est une valeur qui élève l'humain. Il élèvera donc la qualité (et les résultats) de la pratique.

Les retours des pratiquants de Do-In sont nombreux, la fidélité de la clientèle est le plus beau témoignage de respect, d'engagement et de qualité.

La pratique du Do-In Traditionnel ne peut perdurer qu'à ce prix. Riche de valeurs, riche en connaissances et lucide quant à ses limites, un animateur de Do-In pourra ainsi conduire ses pratiquants sur la voie de l'énergie pour entretenir, améliorer et préserver la santé !

### Pôle éthique de la FFST

#### Propositions pour un module d'éthique :

1. Rappeler le code de déontologie, le commenter
2. Différence entre morale et éthique
3. Argent et éthique
4. L'éthique médicale
5. L'écoute attentive, la neutralité
6. Le toucher dans la pratique du Do-In
7. La pratique du Do-In avec les enfants : présence des parents
8. Respect de l'intégrité de l'individu
9. Précaution de langage, vocabulaire utilisé
10. Le secret professionnel, la confidentialité (gestion du groupe)
11. La pitié, la compassion, l'empathie
12. La situation du handicap, de la vulnérabilité



## Annexe 3 – Grilles d'évaluation pratique CF2ADI



Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

### Evaluation pratique Animateur Do-In – Certification FFST

Nom et prénom du candidat : \_\_\_\_\_ Date de l'examen : \_\_\_\_\_

Nom du centre examinateur : \_\_\_\_\_

Noms et prénoms des membres du jury : \_\_\_\_\_

Thème et public de la séance : \_\_\_\_\_

#### Compétence n°1

Présentation de la séance et attention accordée au groupe

Capacité à présenter le Do-In, installer et prendre en charge le groupe

		Non acquis	A renforcer	Acquis
1- Présentation	Présenter son parcours en Do-In et son objectif professionnel de façon claire et concise			
	Définir le Do-In avec aisance et clarté			
	Présenter sa séance, thème et public, et son séquençage de façon structurée			
2- Accueil/Installation	Prendre en main le groupe : attitude, dynamisme, envie et savoir susciter la curiosité			
	Installer le groupe en optimisant l'espace et le confort, choix du matériel			
3- Adaptation	Maîtriser l'environnement de la séance pour prévenir les accidents par la sécurisation de l'espace			
	Proposer une pratique sécurisée et adaptée au groupe en donnant les consignes adéquates			
	Prendre en compte les problématiques individuelles : douleurs, conditions physiques			

#### Compétence n°2

Qualité de la pratique dans la conduite de la séance

Capacité à conduire la séance sur un thème et un public donné, en respectant le séquençage et le temps imparti

		Non acquis	A renforcer	Acquis
4-Attitude	Adopter la bonne posture adéquate dans chaque technique : ancrage, respiration, alignement			
	Adaptation à capter et soutenir l'attention et l'intérêt pour le thème de la séance : langage utilisé, voix			
	Utiliser dans la pratique la théorie du Do-In avec clarté et précision			
5- Technique	Capacité à démontrer et faire démontrer les exercices de façon correcte et visible par tous			
	Capacité à rappeler régulièrement les techniques de bases du Do-In, comme la posture et la respiration			
	Avoir une cohérence entre le thème et les exercices proposés			
	Être vigilant sur la possibilité du groupe à réaliser les exercices et à en changer si besoin			



### Compétence n°2

Qualité de la pratique dans la conduite de la séance

Capacité à conduire la séance sur un thème et un public donné, en respectant le séquençage et le temps imparti

6- Temps	Maîtriser le temps imparti en menant à bien l'objectif de la séance	Non acquis	À renforcer	Acquis
	Clôturer la séance en signifiant la fin de la séance et en donnant des conseils appropriés			

### Compétence n°3

Bilan de la séance

Capacité à analyser sa séance et à décliner l'éthique FFST

7- Retour sur la pratique	Capacité à prendre du recul sur sa pratique et reconnaître ses axes de progression	Non acquis	À renforcer	Acquis
	Être en mesure de proposer des améliorations			
	Être capable de donner des explications claires sur les techniques choisies			
	Connaître les grandes lignes du code de déontologie de l'animateur Do-In et être conscient de l'importance d'être en conformité.			

**Note :** pour la réussite de l'examen, seuls les items "acquis" sont pris en compte  
1 seul item "non acquis", parmi les items en rouge jugés indispensables, est éliminatoire  
La colonne "à renforcer" permet au candidat de connaître ses points faibles

Récapitulatif de l'évaluation		
Compétence N°1 :	Compétence N°2 :	Compétence N°3 :
Items « ACQUIS » * = Items « à renforcer » = Items « non acquis » =  *minimum requis = 5/8	Items « ACQUIS » * = Items « à renforcer » = Items « non acquis » =  *minimum requis = 6/9	Items « ACQUIS » * = Items « à renforcer » = Items « non acquis » =  *minimum requis = 2/4

BILAN					
Items « Non acquis » éliminatoire			Candidat reçu		
OUI	<input type="checkbox"/>	NON	<input type="checkbox"/>	OUI	<input type="checkbox"/>
OBSERVATIONS					

Dernière révision 06/24

signatures jury :



60, rue François 1<sup>er</sup>, 75008 Paris

06 08 63 47 80 • [shiatsu@ffst.fr](mailto:shiatsu@ffst.fr)

[www.ffst.fr](http://www.ffst.fr)

Association sans but lucratif (loi de 1901) • Membre de l'International Shiatsu Network (ISN)