École de Shiatsu Thérapeutique - Bernard Bouheret

" L'art du geste dans le Sei Shiatsu Dô " - Cycle 2026/2027 -

Enseignement dispensé par Bernard Bouheret



© Christophe Maître

Ce cycle de formation est accessible aux élèves EST à partir de la 2ème année

et aux autres styles et écoles de Shiatsu (*)

Cet enseignement est le fruit d'une longue expérience en cabinet, à genoux sur le Zafu.

Il aide chacun et chacune à enrichir sa pratique au service du plus beau Shiatsu.

(*) *sous réserve qu'une pratique régulière de Shiatsu soit déjà acquise*

Dates et thèmes des journées

18/09/2026	**Journée 1**	**Apport du Shiatsu dans le traitement de la douleur N°2** Douleurs aiguës, douleurs chroniques, douleurs dorsales, douleurs proximales, lieux de prédilection, causes et types de douleurs - 12 manières de traiter la Douleur en Shiatsu - Les Stratégies Thérapeutiques Croisées en Shiatsu
09/10/2026	**Journée 2**	**Pathologies émergentes N°1** Trouble bipolaire – Trouble du Spectre Autistique – Trouble TDAH Comment faire face à la montée des troubles mentaux qui sont légion dans la société moderne. Comment transcrire ces troubles au regard de la MTC et des entités viscérales. Comment les traiter au travers du Shen, du Yi et du Hun
20/11/2026	**Journée 3**	**Pathologies émergentes N°2** Syndrome des Jambes sans Repos – Apnée du sommeil – Maladie de Lyme. Stratégies de Shiatsu pour lutter contre les troubles occasionnés par ces maladies. Explications des phénomènes énergétiques et comment les traiter par le Shiatsu
18/12/2026	**Journée 4**	**Méditation et Shiatsu** « Habiter son corps c'est penser l'Univers ». Comment trouver en soi-même un espace clair, limpide et lumineux pour accueillir « l'autre » : s'asseoir en quiétude et habiter sa base.
15/01/2027	**Journée 5**	**La prise de Pouls N°1** Reprendre la base de la prise des Pouls pour établir un bon diagnostic. Apprentissage des Pouls en 5 temps
12/02/2027	**Journée 6**	**La prise de Pouls N°2** Perfectionner la palpation par la prise des Pouls : différentes manières de procéder, sentir au travers de son propre corps, affiner les sensations, sentir le Qi
26/03/2027	**Journée 7**	**Traitement du DU Mai et du REN Mai en Shiatsu** Appréhender les 2 merveilleux vaisseaux qui ont leurs points propres si importants. Passerelles de points si utiles dans la pratique du Shiatsu

16/04/2027	**Journée 8**	**Shiatsu Martial** Reprendre le beau Shiatsu Martial, affiner les gestes, stabiliser la posture, trouver le meilleur angle et donner un sentiment de sécurité pendant la pratique
28/05/2027	**Journée 9**	**Les Ben Shen N°1** Shen & Hùn : Développement et compréhension de leurs territoires respectifs, utilisations pratiques en Shiatsu
18/06/2027	**Journée 10**	**Les Ben Shen N°2** Yi – Pô – Zhi : Développement et compréhension de leurs territoires respectifs, utilisations pratiques en Shiatsu

Informations pratiques

Lieu : **10 bis rue des Boulangers – 75005 PARIS**

Horaires : **- Accueil dès 10h**

- **Enseignement de 10h30 à 13h15 et de 14h45 à 17h45 en commençant la journée avec un bon Qi Gong**

Tarifs :

- **Élèves EST : 75 € par journée :** Tarif applicable aux **Adhérents AIST ou UFPST** à jour de leur cotisation pour l'année en cours
- **Tarif public : 90 € par journée**
- **Tarif convention : 110 € par journée :** Règlement par un organisme tiers (employeur ou organisme de financement)

Inscriptions :

- **Aux Journées 1 à 4 :**
  https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfPGRbyiKgVy8t0-fC4lbgctsp49NLi_RfaHk7rtKFDINzdhg/viewform?usp=header

- **Aux Journées 5 à 10 :**
  https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSepxLTnRf8mlNZuKRGw7vEr4It2kuFv3tuYZ1eOpe1BLiB9NQ/viewform?usp=header

Si la cession est complète, l'équipe administrative reprendra contact avec vous.
En cas de désistement, merci de nous en informer par mail à administration@shiatsu-est.org.

Paiement uniquement à la journée :

- **Sur place**, en chèque ou espèces - chèque à l'ordre de l'EST - Bernard BOUHERET

- **Peu avant,** par virement **:** IBAN : FR76 3000 4007 5900 0102 6892 458 - BIC : BNPAFRPPXXX

  Libellé du virement en notant : votre NOM / A du G / NUMÉRO de la journée choisie

  ***et envoyez votre preuve de virement** à bouheret.bernard@gmail.com*

Facture / Attestation : En faire la demande auprès d'Annabelle Bouheret : *secretariat@shiatsu-est.org*

