

TOUCH FOR HEALTH®

Santé par le toucher®

Niveau 1 à 4



Aborder la vie en harmonie dans votre corps, votre mental, vos émotions et votre énergie !

Le Touch For Health® vous apporte les outils simples et ludiques pour équilibrer, de façon autonome, votre corps (mouvements, performance sportive, biochimie...), votre mental (plein potentiel, stress, compréhension..) et vos émotions (stabilité et ouverture).

Les 4 niveaux de cette formation vous permettront d'acquérir les trois piliers du Touch For Health® : le test musculaire sur 42 muscles du corps impliqués dans la posture, les équilibrations qui renforcent ces muscles ainsi que la circulation énergétique selon les principes de la MTC (Médecine Traditionnelle Chinoise).

Apprendre le test musculaire et retrouver un bien-être naturel grâce à l'acupressure

Durée : Stage de 2 jours (16 heures) pour chaque niveau (x4) soit un total de 64h soit 8jrs

Stage à la carte ou en parcours complet

Objectifs :

- Définir les muscles et les tester
- Appliquer les équilibrations appropriées
- Utiliser les principes de MTC pour équilibrer et renforcer les muscles et la posture
- Autonomiser la personne sur ses ressentis et les outils à utiliser pour retrouver son bien-être
- Trouver sa posture juste d'accompagnant

Moyens Pédagogiques mis à disposition :

Présentations théoriques, jeux, séquence d'observation, mises en pratiques ludiques, pratiques des mouvements, espaces et temps de partage en groupe ou à 2

Prérequis : Aucun en TFH1

Stage ouvert à tous : aux particuliers de 18 à 99 ans, aux professionnels et à tous ceux qui souhaitent connaître leur corps, leur équilibre personnel et postural Et être autonome sur la gestion de leur santé

Compétences :

- Savoir réaliser les tests musculaires et les équilibrations associées
- Soutenir et accompagner le changement et la prise de conscience ; le retour au plein potentiel et l'atteinte de l'objectif de la séance

Evaluation : Pratiques encadrées, QCM

Matériels Fournis : Livre Santé par le Toucher qui sert de Support aux 4 niveaux, support IKC et attestations de présence



« Ce stage nous offre l'autonomie pour la gestion de notre « santé » corporelle-mentale-émotionnelle, par la transmission d'outils simples, quotidiens et ludiques.

Ils permettent de trouver un alignement en soi et une posture juste pour vivre son mouvement et sa vie »

Programme des stages TFH 1 à 4

TFH1 Equilibration des 14 muscles et leurs méridiens avec un thème, tests musculaires de précision, Exercices de mise en route (switching, test du VC, hydratation) Permission de tester et modèle de responsabilité de soi, Muscles inhibés, techniques de corrections (Neuro-Lymphatiques, Neuro-Vasculaires, Méridiens, Origines/Insertions du muscle), Equilibration au fur et à mesure, contrôle et vérification. Energie auriculaire, Inhibition visuelle, Cross-crawl pour s'amuser, Libération du stress Emotionnel, Test de transfert, Test des aliments et mode de sensibilité, conscience de la posture, Technique soulagement d'une douleur simple.

TFH2 Lois des 5 éléments, localisation de circuit, Pré-tests, techniques de corrections (Fuseau neuro-musculaire, Récepteurs tendineux de Golgi, Points de tonification, Technique cérébro-spinale, Concept Yin-Yang, Points d'alarme pour excès d'énergie, Equilibrations avec la roue : barrage, triangle, carré et loi midi-minuit. Théorie et pratique des 5 éléments : correction en un 1 point. Equilibration par les couleurs des 5 éléments, Equilibration en fonction de l'heure de la journée. L.S.E futur, Balayage des méridiens, contrôle de la douleur, Cross Crawl pour l'intégration, les 14 autres muscles et méridiens.

TFH3 Théorie et pratiques des muscles réactifs, les pouls chinois, révision des 5 éléments, Equilibration d'un objectif verbal, mode de mise en circuit, facilitation et inhibition, 14 nouveaux muscles, Equilibration en fonction de l'heure de la journée. Equilibrations par les sons, Test des Gaits, Energie en forme de 8, L.S.E pour les stress du passé, Analyse de la posture, Tapotement de la Douleur, Equilibration des 5 éléments avec les aliments, Equilibration du stress dans la posture.

TFH4 Emotions des 5 éléments, Equilibration d'un objectif avec les émotions, Reflexes spinaux, Théorie des points d'Acupressure, Points Luo, Libération Neuro-Lymphatique, Technique de sédation, Révision des Muscles Réactifs, Analyse posturale avancée, 42 muscles de la tête aux pieds incluant les tests en position debout et allongée.



Julie Dondon

Kinésiologue certifiée, fédéral et international (Accompagnatrice Brain Gym® et Touch For Health®), consultante certifiée en réflexes archaïques et techniques énergétiques
Exerce en Cabinet. Conférencière et animatrice d'atelier Bien-être
Formatrice professionnelle, certifiée et créatrice de stage
Au plaisir de vous faire partager ma bonne humeur...

Modalités de formation

Lieu du stage : 91 - Boussy saint Antoine ou 77 selon le nombre de participants

Date du stage : voir calendrier annuel (9h-18h)

Tarif : 240€ le stage de 2 jours (120€/jours). 960€ le cursus
Manuel compris / -50% sur répétition du stage.

Pour les pro avec prise en charge: 300€ le stage (150€ /jours) hors répétition.
1200€ le cursus

Inscription : En ligne sur www.serenivie.com. Arrhes à verser.