**Formation en Prévention et Manutention de la Santé par la Naturopathie Ayurvédique (Svastavritta)**

|  |  |
| --- | --- |
| Stagiaire |  |
| Nom de l’entreprise |  |
| Pré requis | Niveau basique de connaissances en ayurvédaSavoir lire, écrire, parler et comprendre le français.Savoir utiliser internet et des outils informatiques.Avoir une connexion internet et un outil pour se connecter (PC, smartphone ou autre) |
| Public visé | * Professionnel dans le domaine de la nutrition, de la santé, du sport ou du bienêtre
* Personne qui se lance à son compte dans la santé non conventionnée
 |
| Nombre de stagiaires | Entre 10 et 40 stagiaires |
| Type de formation | Formation FOAD synchrone et asynchrone |
| Période de formation | **Du 03.09.2022 au 03.12.2022** |
| Durée de la formation | 70 heures40 heures de contact (cours pré-enregistrés et en direct)+ 30 heures de travail personnel |
| Tarif | 820 € TTC |
| Objectifs de la formation | à l’issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :* Conseiller ses clients de façon adaptée en matière d’hygiène de vie
* Accompagner des personnes dans la gestion de leur sommeil afin de prévenir des déséquilibres
* Accompagner des personnes dans la maîtrise de leur mental et de leur corps au quotidien
 |
| Débouchés | à l’issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :* Consulter en cabinet seul ou associé
* Consulter en téléconsultation
* Démarrer une activité au sein d’un centre spécialisé de santé, structures éducatives, EHPAD ou autre.
* Intervenir auprès de différentes entreprises
* Devenir conférencier afin de sensibiliser tous les publics à une meilleure gestion de leur mental
* Pratiquer et conseiller en matière d’hygiène de vie dans le cadre d’un dispensaire, au profit de populations précaires
 |
| Nature des travaux demandés au stagiaire et temps estimé pour la réalisation de chacun d’entre eux  | * QCM à la fin de chaque module (70% de réussite nécessaire) – 30 minutes par quiz environ
* Etude de cas rédigé - 30 heures de travail personnel environ
* Présentation et discussion sur de l’étude de cas (présenté en groupe ou en individuel) - 30 minutes environ
 |
| Moyens pédagogiques | * Vidéos en direct (sur la plateforme zoom) – enregistrement disponible par la suite jusqu’à la fin de la formation
* Vidéos pré-enregistrées (sur la plateforme teachizy)
* Support de cours power point
 |
| Moyens Techniques  | * Plateforme zoom (vidéos en direct)
* Plateforme en ligne sur www.teachizy (cours pré-enregistrés, replay des cours en live et quiz d’évaluation)
 |
| Modalités techniques selon lesquelles le stagiaire est accompagné ou assisté, les périodes et les lieux mis à sa disposition pour s’entretenir avec les personnes chargées de l’assister ou les moyens dont il dispose pour contacter ces personnes  | Quatre sessions en direct par visioconférence sont prévues à des dates précises. Ces sessions sont enregistrées et rediffusées pour les bénéficiaires qui n’ont pas pu être présents lors de la session mais également pour tous les stagiaires qui souhaitent réécouter l’enregistrement. Le stagiaire peut exposer ses questions à la formatrice lors des sessions de formation en direct.En dehors des sessions en direct, un encadrement à distance est à la disposition du bénéficiaire tant sur le plan technique que pédagogique. La formatrice peut être contactée à tout moment durant la période de la formation.Coordonnées de contact : Mail: contact@ayurnaturformations.comTél : 0769330752  |
| Modalités de contrôle de l’assiduité à l’action de formation : | * Feuille de présence (pour les cours en live)
* Logs de connexion sur la plateforme www.teachizy.fr (pour les cours pré-enregistrés et les replays des lives)
 |
| Modalités de suivi et d’évaluation  | Le contrôle permettant de vérifier le niveau de connaissances acquises par les stagiaires est effectué par :* Evaluation QCM en fin de chaque module (70% de réussite nécessaire)
* Etude de cas à présenter (écrit et oral) en fin de formation
 |
| Modalités de formation | * Entretien du stagiaire avec la formatrice préalable à l’inscription pour évaluer les prérequis et définir l’adéquation de la formation au projet du stagiaire.
* Dès l’inscription à la formation le stagiaire recevra par mail les codes d’accès à la plateforme de diffusion de la formation.
* Les cours pré-enregistrés et en live auront lieu selon les dates et horaires précisés dans le programme de formation.
* Le lien d’accès au cours en live est envoyé au stagiaire minimum 24h avant le cours.
* Les replays seront disponibles sur la plateforme de diffusion 48 h après le cours en live.
* Les quiz d’évaluation sont à effectuer à la fin de chaque module sur la plateforme de diffusion.
 |
| Délais dans lesquels les personnes en charge de son suivi sont tenus d’assister en vue du bon déroulement de l’action | * La formatrice est tenue de répondre dans un délai de 48h à toute sollicitation par mail ou téléphonique de la part du stagiaire en vue du bon déroulement de l’action de formation lorsque cette aide n’est pas apportée de manière immédiate.
 |
| Compétences et qualifications des personnes chargées d’assister le bénéficiaire de la formation | DA CRUZ OOSTERBEEK, Rita est praticienne en ayurvéda depuis 2017 et formatrice depuis 2018.Elle possède plusieurs diplômes et certificats en matière d’hygiène de vie et manutention de santé selon l’ayurvéda et la naturopathie :* Certificat de nutrition et hygiène de vie ayurvédiques par l’institut EIVS (979h)
* Certificat de formation de traitements thérapeutiques par l’institut EIVS (432 heures)
* Diplôme privé de praticienne naturopathe (345h)
* Certificat en massage ayurvédique de l’agence bharat sevak samaj, par le gouvernement Indien (140 h)

Compétences :* Accompagnement et conseil en nutrition en individuel et en groupe
* Pédagogie
* Ecoute et communication
* Leadership
* Dynamisme et maitrise de stratégies de motivation
* Maitrise des présentations devant un auditoire
* Maitrise de différents outils pédagogiques
 |
| Accessibilité aux personnes en situation d’handicap | Les personnes en situation d’handicap peuvent suivre la formation médiant un entretien préalable de validation avec la formatrice. * Les personnes en situation d’handicap sont invités à s’identifier lors du premier RDV téléphonique préalable à l’inscription à la formation
* AYUR NATUR FORMATIONS dispose d’une Référente Handicap
* La personne en situation d’handicap reçoit dès son inscription à la formation un « livret d’accueil pour personnes en situation d’handicap »
 |

**Programme détaillé**

|  |
| --- |
| **Module 0 – Maîtriser la façon d’apprendre en ligne**A l’issue de module, le stagiaire sera capable de suivre efficacement la formation en ligne. |
| * **Chapitre 1 : Connaître le programme de formation**
* Chapitre 2 : Systématiser la façon de se former en ligne
* Chapitre 3 : Organiser les groupes de travail
 | **Date : 03.09.2022****Horaire : 9h****Durée : 1h** |
| **Module 1 – Comprendre la place de la prévention des déséquilibres et de la manutention de la santé selon la science de l’Ayurvéda**A l'issue de ce module le stagiaire sera capable de définir la santé selon l’ayurvéda et de comprendre l’importance de la prévention et manutention de la santé selon cette science.  |
| * Chapitre 1 : Connaître les objectifs de l’ayurvéda
* **Chapitre 2 : Définir la santé selon l’ayurvéda**
* Chapitre 3 : Comprendre les concepts de prévention et manutention de la santé selon l’ayurvéda
 | **Date : 10.09.2022****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| Evaluation QCM - Réussite de 70% requise | **Durée : 30 min** |
| **Cours en live de questions et réponses** | **Date : 16.09.2022****Horaire : 9h****Durée : 3h** |
| **Module 2 – Maîtriser les règles d’hygiène de vie selon l’ayurvéda**A l'issue de ce module le stagiaire sera capable de conseiller ses futurs clients en matière de routines d’hygiène de vie. |
| * Chapitre 1 : Connaître les rituels de jour, Dinacharya
 | **Date : 17.09.2022****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| * Chapitre 2 : Connaître les rituels de nuit, Ratriacharya
 | **Date : 24.09.2022****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| * Chapitre 3 : Connaître les bonnes conduites de vie, Sadvritta
 | **Date : 01.10.2022****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| * Chapitre 4 : Apprendre les adaptations en fonction des saisons, Rtucharya,
 | **Date : 08.10.2022****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| * Chapitre 5 : Comprendre l’importance du respect des besoins naturels du corps, Vegas
 | **Date : 15.10.22****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| Evaluation QCM - Réussite de 70% requise | **Durée : 30 min** |
| **Cours en live de questions et réponses** | **Date : 21.10.22****Horaire : 9h****Durée : 3h** |
| **Module 3 – Développer les trois piliers de soutien du corps – les traiyopastambha**A l’issue de ce module le stagiaire sera capable de conseiller ses futurs clients en alimentation, sommeil et contrôle du mental et du corps |
| * Chapitre 1 : Maîtriser la nutrition, ahara
 | **Date : 22.10.22****Horaire : 9h****Durée : 3h** |
| * Chapitre 2 : Approfondir la notion de sommeil, nidra
 | **Date : 29.10.2022****Horaire : 9h****Durée : 3h** |
| * Chapitre 3 : Discerner le contrôle du mental et du corps, brahmacharya
 | **Date : 05.11.2022****Horaire : 9h****Durée : 3h** |
| Evaluation QCM - Réussite de 70% requise | **Durée : 30 min** |
| **Module 4 – Conseiller en matière de prévention et manutention de la santé – Mise en situation professionnelle**A l'issue de ce module le stagiaire sera capable de résoudre des études de cas pratiques et d'accompagner une personne dans son chemin pour prévenir des déséquilibres ou maintenir le bon état de santé |
| * Chapitre 1 : Analyser et résoudre des études de cas pratiques
 | **Date : 12.11.2022****Horaire : 9h****Durée : 2h** |
| Evaluation QCM - Réussite de 70% requise | **Durée : 30 min** |
| **Cours en live de questions et réponses** | **Date : 18.11.2022****Horaire : 9h****Durée : 3h** |
| **Date limite étude de cas écrit** | **Date : 20.11.2022** |
| * Chapitre 2 : Présenter son étude de cas

(Cours en live) | **Date : à définir du 28.11.22 au 03.12.22****Horaire : 9h****Durée : 5h** |
| * Certificats
 |  |