

PROGRAMME 2025



DO-IN ET CANCER DU SEIN



12 heures de pédagogie et pratique en direct & replay*

4 sessions en ligne

- dimanche 28/09-9h00/13h00
- mercredi 01/10-19h00/21h00
- mercredi 08/10-19h00/21h00
- dimanche 12/10-9h00/13h00

CONCEVOIR ET
ANIMER DES
ATELIERS DE DO-IN
A CHAQUE ETAPE DE
LA MALADIE

avec Valérie Capel

CAP ASITUDE
DO-IN
FORMATION CANCER DU SEIN



*places limitées

INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

 www.cap-asitude.fr

 formations@cap-asitude.fr

 06.98.42.92.88

Le DO-IN et le cancer du sein

Le Do-In, par son approche globale, tant sur le plan physique qu'émotionnel, va permettre d'accompagner la femme tout au long de son parcours cancer. Grâce à ses techniques simples et adaptables, le Do-In permet, à chaque étape de la maladie d'apporter confort, mieux-être et énergie pour améliorer les capacités physiques, réduire la fatigue, l'anxiété et prévenir les effets secondaires des traitements.



ANIMER DES ATELIERS DO-IN CANCER DU SEIN

Objectifs de la formation :

- 🕒 Comprendre la physiopathologie du cancer du sein, la prise en charge et les traitements
- 🕒 Connaître les modifications corporelles et les effets secondaires
- 🕒 Utiliser les différentes techniques du Do-In comme accompagnement physique et mental
- 🕒 Concevoir des ateliers de Do-In adaptés à chaque étape de la maladie
- 🕒 Être en mesure de communiquer avec le personnel soignant

CONTENU DE LA FORMATION

Théorie

- ✓ Physiopathologie du sein : Les différents types de cancer
- ✓ La prise en charge : chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie, hormonothérapie et les effets secondaires des traitements
- ✓ Rôle du Do-In comme soin de support dans la prise en charge du cancer du sein
- ✓ La communication du Do-In et cancer du sein

Pratique

- ✓ Postures, placement et respiration
- ✓ Techniques physiologiques appliquées aux différents traitements
- ✓ Techniques de mobilisation et étirements selon les effets secondaires
- ✓ Techniques de relaxation et méditation pour apaiser le mental
- ✓ Les automassages : points de pression/auto-drainage

MODALITÉS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION DE LA FORMATION

- ✓ Emargement en ligne
- ✓ Mise en pratique d'animation
- ✓ Evaluation continue

MOYENS TECHNIQUES

Plateforme extranet, classe virtuelle (zoom)

MODALITÉS D'ASSISTANCE PÉDAGOGIQUE ET TECHNIQUE

Formatrice : Valérie Capel – Gérante de l'OF

Courriel : formations@cap-asitude.fr

Téléphone : 06.98.42.92.88

MODALITÉS D'ASSISTANCE TECHNIQUE

Courriel, téléphone, WhatsApp, classe virtuelle

Pour qui ?

Professionnels du Do-In/Shiatsu

Dates/horaires

Formation en ligne en direct et replay sept-oct 24

Durée : 12 heures de pédagogie et pratique, 4 sessions :

- Dimanche 28/09-9h00/13h00
- Mercredi 01/10-19h00/21h00
- Mercredi 08/10-19h00/21h00
- Dimanche 12/10-9h30-/13h00

Effectif : 6-16 personnes

Tarifs : 260 euros

Formatrice : Valérie Capel

Praticienne de Shiatsu / Animatrice Do-In

Formatrice accréditée FFST

15 ans d'expérience

Auteure du livre « Le Do-In : points clés 100% vitalité »

ANIMER DES ATELIERS DO-IN ET CANCER DU SEIN

Objectifs de la formation :

- ✓ Comprendre la physiopathologie du cancer du sein, la prise en charge et les traitements
- ✓ Connaître les modifications corporelles et les effets secondaires
- ✓ Utiliser les différentes techniques du Do-In comme accompagnement physique et mental
- ✓ Concevoir des ateliers de Do-In adaptés à chaque étape de la maladie
- ✓ Être en mesure de communiquer avec le personnel soignant



12 heures de formation en ligne
en direct et replay

PROGRAMME

Session 1 / 4h00 - DIMANCHE 28/09/24 - 9H00/13H00

Apports théoriques

- ✓ Physiopathologie du cancer du sein : les mécanismes de cancérisation, le diagnostic, la prise en charge, les traitements et les effets secondaires associés
- ✓ Le cancer du sein du point de vue MTC : anatomie chinoise, les déséquilibres en cause, organes et méridiens impliqués

Pratique

- ✓ Posture et respiration - Mobilisation de la cage thoracique et du diaphragme
- ✓ Les techniques de détente, de visualisation, de médiation à chaque étape de la prise en charge
- ✓ Points de pression qui accompagnent et soutiennent

Session 2 / 2h00 - MERCREDI 01/10/24 - 19H00/21H00

Apports théoriques

- ✓ Le Do-In comme soin de support : l'approche, la pratique, précautions et contre-indications
- ✓ Rôle du Do-In dans les différentes étapes selon les déséquilibres et effets secondaires

Pratique

- ✓ Techniques du Do-In post-chirurgie : respiration, mobilisation douce région nuque et ceinture scapulaire
- ✓ Les automassages et les points énergétiques appropriés

Session 3 / 2h00 - MERCREDI 08/10/24 - 19H00/21H00

Apports théoriques

- ✓ Les effets secondaires des traitements chimiothérapie et radiothérapie

Pratique

- ✓ Techniques du Do-In au cours des traitements : physiques, mentales, automassages et points appropriés
- ✓ Respiration et auto-drainage
- ✓ Mobilisation et assouplissement des membres supérieurs

Session 4 / 4h00 - DIMANCHE 13/10/24 - 9H00/13H00**Apports théoriques**

- ✓ Les ateliers de Do-In à chaque étape : annonce, chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie, post-traitements, prévention des récidives
- ✓ Concevoir les fiches de séances et des fiches aide-mémoire pour les ateliers
- ✓ Créer son réseau cancer

Pratique

- ✓ Mise en pratique de l'ensemble des techniques-Animation

SUIVI ET EVALUATION - CERTIFICATION**Suivi et évaluation**

- ✓ Accès illimité à la plateforme extranet : replay des sessions et supports de cours mis à disposition après chaque session
- ✓ Echanges à chaque début de session pour identifier et clarifier les difficultés
- ✓ Evaluation continue en ligne des techniques pratiques
- ✓ Evaluation en ligne des apports théoriques à la fin de chaque session sous forme de questions/réponses
- ✓ Evaluation à chaud et à froid

Certification

Certificat d'aptitude à l'animation d'ateliers Do-In et Cancer du sein, conditionné à :

- ✓ La réussite au test en ligne à faire dans les 2 mois suivant la formation
- ✓ Concevoir une fiche de séance/atelier à retourner dans les 2 mois suivant la formation

Formatrice Do-In & cancer du sein**Valérie Capel – Coach forme-bien-être & prévention-santé**

Techniques manuelles et corporelles de prévention et d'accompagnement : Shiatsu-Do-In-Yoga
Créatrice entreprise Cap Asitude en 2011 : prestations-formation-coaching individuel et collectif-entreprise

Compétences

- ✓ Certificat Fédéral d'Animateur/Formateur Do-In - FFST, Paris
- ✓ Certificat Fédéral de Praticien en Shiatsu - FFST, Paris
- ✓ Certifications Méthode De Gasquet - Yoga - Abdominaux - Maternité - Institut De Gasquet, Paris
- ✓ Certificat de Capacité en Qi-Gong professionnel - Ecole Shen, Paris
- ✓ Certifiée en Massage Chinois/Auriculothérapie/Réflexologie Plantaire - Ecole Shen, Paris



Auteure du livre "Le Do-In : les points clés 100% vitalité" - Editions Leduc

Expérience en cancérologie/cancers féminins : 15 ans

- ✓ Industrie pharmaceutique – réseaux cancérologie – Gynécologie - Paris/IDF
- ✓ Organisation et participation événements octobre rose Shiatsu et Do-In