

# Programme de formation

## Reiki 1<sup>er</sup> degré

**Durée 1 jour – 7 heures**

**Formation en présentiel**

**Organisme de formation :** **AB Conseils**  
4 – 6 avenue Joannes Hubert  
69160 Tassin la Demi-Lune  
RCS Lyon 822 56 197  
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84692291069  
auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes  
Tél : 06 50 28 48 93 / Courriel : [contact@ab-conseils.info](mailto:contact@ab-conseils.info)

### **PRESENTATION**

Apprentissage du protocole spécifique pour l'utilisation du Reiki, avec une approche pratique et des conseils adaptés pour son application optimale. Cette formation vous permet d'acquérir des compétences concrètes tout en découvrant les bonnes pratiques liées à l'utilisation du Reiki.

### **OBJECTIFS OPÉRATIONNELS / COMPÉTENCES VISÉES**

Être capable de proposer une séance complète de Reiki, permettant à la personne de rééquilibrer ses énergies, de se libérer des blocages émotionnels et de retrouver son bien-être intérieur.

- Utiliser le Reiki de manière appropriée, en fonction des besoins énergétiques et émotionnels spécifiques de chaque client.
- Connaître l'enchaînement et la structure d'une séance de Reiki (analyse des besoins, application du Reiki, suivi).
- Maîtriser les différentes techniques de Reiki et l'art d'adapter les séances en fonction des besoins individuels pour des résultats optimaux.
- Respecter la durée de la séance et adapter le protocole en fonction de l'évolution de la personne pendant la séance.
- Savoir expliquer les bienfaits et les effets du Reiki de manière claire et accessible pour le client.

## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La formation combine théorie et pratique de manière concise et ciblée. Après une présentation du Reiki, de son histoire et de ses principes fondamentaux, je guiderai les participants dans l'identification des besoins énergétiques et émotionnels, ainsi que l'application des techniques de Reiki adaptées.

Des démonstrations concrètes seront réalisées, où j'expliquerai comment utiliser le Reiki pour rééquilibrer les énergies et soulager les tensions. Les participants auront l'occasion de poser des questions et d'interagir directement pour s'assurer de bien comprendre la méthode. Cette approche permet aux participants d'acquérir les connaissances essentielles sur le Reiki et de repartir avec les compétences nécessaires pour intégrer cette pratique dans leur quotidien, même après une formation d'une journée ou de deux jours, en fonction du nombre de participants.

**MOYENS PEDAGOGIQUES :** Un support de cours

### Moyens pédagogiques mis à disposition des stagiaires :

- Séances de formation en salle
- Table de massage
- Études de cas concrets
- Dossier technique remis aux stagiaires

### Suivi de l'exécution et évaluation des résultats

- Une feuille d'émargement renseignée est à signer par le stagiaire et le formateur par demi-journée de formation.
- Le stagiaire recevra une attestation de suivi de formation sur les **élixirs floraux de Bach**. Après 20 heures d'exercices pratiques et la réussite d'un examen final, une certification vous sera délivrée, valorisant vos compétences. À noter que l'attestation et la certification ne constituent pas un diplôme d'État.

### DETAIL DE LA FORMATION

- Origine et Histoire du Reiki : Découverte des racines historiques et philosophiques du Reiki, ainsi que de son fondateur, Mikao Usui.
- Principes de Base : Comprendre les fondements du Reiki et son fonctionnement énergétique.
- Les Cinq Principes du Reiki : Étude des cinq principes de base pour une vie harmonieuse.
- Éthique et déontologie : Valeurs et pratiques éthiques du Reiki.
- Techniques de base : Apprendre le Self-Reiki et la pratique du Reiki sur les autres, avec les positions des mains.
- Le système énergétique : Compréhension des chakras et canalisation de l'énergie Reiki.
- Initiation et harmonisation : Initiation et activation des symboles de base.
- Pratique guidée : Séances pratiques en binôme pour appliquer les techniques et partager les expériences.
- Évaluation des compétences : Validation des compétences acquises.

## PROGRAMME

Introduction au Reiki :

**Origine et Histoire** : Découverte des racines historiques et philosophiques du Reiki, ainsi que de son fondateur, Mikao Usui.

**Principes de Base** : Comprendre les fondements du Reiki et son fonctionnement énergétique.  
Les Principes du Reiki :

**Les Cinq principes** : Étude des cinq principes de base du Reiki pour une vie harmonieuse et équilibrée.

**Éthique et déontologie** : Les valeurs fondamentales et la pratique éthique du Reiki.  
Techniques et pratiques de base :

**Techniques de Self-Reiki** : Apprendre les méthodes pour pratiquer le Reiki sur soi-même, incluant les positions des mains et les auto-soins.

**Reiki sur les autres** : Introduction aux techniques de base pour donner un traitement Reiki à autrui, y compris les positions des mains sur le corps.  
Le système énergétique :

**Chakras** : Compréhension des chakras, leurs rôles, et comment le Reiki les influence.  
Canalisation de l'énergie : Techniques pour canaliser et diriger l'énergie Reiki à travers les mains et l'intention.  
Initiation et harmonisation :

**Initiation au premier degré** : Réalisation de l'initiation au premier degré pour ouvrir les canaux énergétiques du praticien.

**Activation des symboles** : Introduction et utilisation des symboles Reiki de base, spécifiques au premier degré.  
Pratique guidée :

**Exercices pratiques** : Séances de pratique en binôme pour appliquer les techniques apprises et développer la confiance.

**Échanges et partage d'expériences** : Discussions et retours d'expérience pour approfondir la compréhension et l'application du Reiki.

Évaluation et clôture :

**Évaluation des compétences** : Validation des compétences acquises tout au long de la formation.

## **ENCADREMENT**

Martine Albanese, Fondatrice et formatrice, formée aux massages de Techniques corporelles et bien-être et à l'Ecole des plantes médicinales à Lyon.

## **PUBLIC CONCERNE PAR LA FORMATION ET PREREQUIS**

- Cette formation est ouverte à tous, sans limite d'âge.
- Aucune connaissance préalable n'est requise.
- Toute personne adulte peut suivre cette formation.

## **ACCESSIBILITE**

La procédure pour l'inscription est la suivante :

- Inscription par l'envoi du bulletin d'inscription par courrier.
- Je tiens à informer les personnes intéressées par mes formations que, pour des raisons d'organisation, je ne suis pas en mesure d'accueillir des personnes en situation de handicap. Je vous remercie de votre compréhension et reste disponible pour toute question ou pour discuter de mes offres de formation.  
Le nombre de stagiaires par session : minimum 5 et maximum 12.
- Le délai d'accès : Le stagiaire pourra s'inscrire aux sessions disponibles par courrier sous réserve de leur disponibilité. Toutefois, sa demande d'inscription ne sera définitivement confirmée qu'à l'issue du délai de rétractation.
- Les cours ont lieu de 09 heures à 17 heures (pause déjeuner d'1 heure). Un travail personnel de révision est recommandé.

## **ATTESTATION DE FIN DE FORMATION**

En fin de formation, chaque stagiaire reçoit par courriel une attestation de présence. Le stagiaire aura toutefois la possibilité de perfectionner sa pratique et de passer la certification lorsqu'il se sentira prêt (les certifications sont organisées une fois par an).

Si j'estime que la pratique du stagiaire est satisfaisante, celui-ci recevra un certificat de formation du protocole (ce certificat n'a pas valeur de diplôme d'État). Le coût de la certification AB Conseils est de 50 € pour ce protocole.

## **LIEUX DE FORMATION**

Cette formation est dispensée en salle 8 Montée Bon Accueil à 38200 Vienne

### **DUREE DE LA FORMATION**

La formation sur le Reiki s'étend sur 14 heures, et il est recommandé d'effectuer un travail personnel de révision.

### **COÛT DE LA FORMATION ET MODALITES DE REGLEMENTS**

Le prix public de la formation est de 200 € TTC (société assujettie à la TVA).

A l'expiration du délai de rétractation, un premier versement représentant 30 % du coût total de la formation est à régler.

Le solde peut donner lieu à un échelonnement des paiements avec pour obligation que la totalité soit réglée avant le dernier jour de celle-ci.

### **DELAIS DE RETRACTATION**

Selon l'article L.6353-5 du code du travail, dans un délai de 14 jours à compter de la date de la signature du présent contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée avec avis de réception.

### **DATES DE LA FORMATION**

Voir le dossier d'inscription. Les dates choisies sont à reporter sur le devis et/ou la convention.

### **CONTACT CHEZ AB CONSEILS AU 06 50 28 48 93**

Martine Albanese – Présidente & formatrice

### **ENGAGEMENT DU CENTRE DE FORMATION AB CONSEILS**

Donner la prestation définie dans ce programme. Être à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.

## **Matériels à prévoir**

- Une tenue confortable
- Un bloc-notes et un stylo