



FORMATION WMS

FORMATION HIJAMA CUPPING THÉRAPIE





■ DESCRIPTION

La Formation Hijama – Cupping Thérapie est destinée aux personnes souhaitant découvrir ou approfondir les techniques de ventouses traditionnelles.

Cette formation aborde les bases théoriques, les bienfaits recherchés, les précautions d'hygiène, les contre-indications et les gestes pratiques pour une application sécurisée et professionnelle. Idéale pour développer une compétence complémentaire dans le domaine du bien-être et de l'accompagnement corporel.

■ PUBLIC

Cette formation s'adresse aux **professionnels du bien-être, de l'esthétique, du massage, du sport ou de l'accompagnement corporel** souhaitant ajouter une compétence complémentaire à leur pratique.

Elle peut également convenir aux personnes en reconversion professionnelle ou aux particuliers souhaitant **découvrir la Hijama / Cupping thérapie** dans un cadre structuré.

■ OBJECTIFS

- **Comprendre** les principes fondamentaux de la Hijama et du cupping.
- **Identifier** les indications, limites et contre-indications de la pratique.
- **Connaître** les règles d'hygiène, de sécurité et de prévention des risques.
- **Maîtriser** le matériel utilisé et son entretien.
- **Apprendre** les différentes techniques de pose des ventouses.
- **Repérer** les zones d'application selon les besoins recherchés.
- **Réaliser** une séance encadrée dans un cadre sécurisé.
- **Adopter** une posture professionnelle et respectueuse du client.
- **Savoir informer** et accompagner la personne avant, pendant et après la séance.
- **Intégrer la pratique** dans une activité de bien-être, selon le cadre légal applicable.

■ MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Formulaire d'inscription à remplir en ligne ou sur place
- Avoir 18 ans
- Etre prêt à collaborer au sein d'une équipe
- Entretien préalable avec un responsable pédagogique
- **Documents à fournir** : pièce d'identité, CV
- **Niveau de Français** : B1

■ COÛT DE LA FORMATION

- Le tarif de cette formation est de **600 CHF TTC**. Le paiement peut être effectué en 3 fois **sans frais par carte bancaire**.

■ CERTIFICAT DÉLIVRÉ

A la fin du parcours (théorie – pratique), **les participant-e-s obtiennent un Certificat Hijama cupping thérapie Suisse**. Pour l'obtention du diplôme, les apprenants auront :

- Rendus tous les travaux demandés au cours de la formation
- Réalisé le mémoire en lien avec la pratique
- Obtenu au moins 80 % de réussite aux QCM
- Justifié de 90% de présence en formation – soit 19 heures.





■ ORGANISATION DE LA FORMATION

La formation se déroule à Genève sur trois journées — vendredi, samedi et dimanche — pour un total de 21 heures. Les cours ont lieu de 9h00 à 12h00 puis de 13h00 à 17h00.

WMS fournit l'ensemble du matériel nécessaire afin d'assurer le bon déroulement de la formation. Les participants pratiquent les exercices de pose de ventouses en alternance les uns sur les autres.

La session est maintenue à partir de 6 inscriptions et accueille jusqu'à 15 participants maximum.

■ PROGRAMME DE FORMATION

JOUR 1 — VENDREDI THÉORIE COMPLÈTE DE LA HIJAMA

9h00 – 9h30

- Accueil des participants - Présentation de la formation
- Objectifs pédagogiques
- Tour de table des attentes

9h30 – 10h30

- Introduction à la hijama - Historique et origines - Principes généraux
- Vision traditionnelle et approche moderne - Bienfaits recherchés

10h30 – 10h45

- Pause

10h45 – 12h00

- Anatomie et physiologie utiles à la pratique
- Circulation sanguine - Système lymphatique
- Zones corporelles principales - Compréhension des points de hijama

12h00 – 13h00

- Pause déjeuner

13h00 – 14h30

- Indications et contre-indications : Douleurs musculaires - Stress et fatigue - Migraines
- Troubles digestifs - Troubles circulatoires
- Pathologies fréquemment rencontrées
- Situations nécessitant prudence ou refus

14h30 – 14h45

- Pause

14h45 – 15h45

- Hygiène, sécurité et cadre professionnel : Désinfection - Gestion du matériel
- Protection du praticien - Prévention des risques infectieux - Gestion des déchets
- Installation du consultant

15h45 – 16h30

- Présentation du matériel :
- Ventouses - Pompes - Lames - Désinfectants - Gants
- Organisation du poste de travail

16h30 – 17h00

- Questions/réponses
- Préparation à la pratique du lendemain

JOUR 2 — SAMEDI PRATIQUE : HIJAMA DE PRÉVENTION



9h00 – 9h30

- Rappel théorique - Sécurité et protocole pratique

9h30 – 10h30

- Démonstration complète par le formateur
- Installation - Choix des points - Réalisation de la hijama - Conseils post-séance

10h30 – 10h45

- Pause

10h45 – 12h30

- Pratique encadrée des participants
- Préparation du matériel - Installation du consultant - Manipulation des ventouses
- Gestion de l'hygiène - Chaque participant commence la réalisation d'une hijama de prévention.

12h30 – 13h30

- Pause déjeuner

13h30 – 15h00

- Suite des pratiques individuelles - Correction des gestes - Accompagnement personnalisé

Travail sur :

- posture, précision, hygiène, sécurité, relation avec le consultant.

15h00 – 15h15

- Pause

15h15 – 16h30

Pratique complète :

- Chaque participant réalise une hijama de prévention complète sous supervision.

16h30 – 17h00

- Débriefing de la journée - Questions cliniques - Analyse des difficultés rencontrées

JOUR 3 — DIMANCHE PRATIQUE : HIJAMA CIBLÉE THÉRAPEUTIQUE

9h00 – 9h30

- Révision des protocoles - Choix des points selon les problématiques

9h30 – 10h30

Études de cas - Douleurs lombaires - Migraine - Stress - Fatigue chronique - Troubles musculaires
Troubles digestifs

10h30 – 10h45

Pause

10h45 – 12h30

Pratique encadrée :

Chaque participant réalise une hijama ciblée adaptée à une problématique précise.

Travail sur : choix des points, raisonnement thérapeutique, adaptation du protocole, surveillance du consultant.

12h30 – 13h30

Pause déjeuner

13h30 – 15h00

- Suite des pratiques thérapeutiques - Correction individualisée - Gestion des réactions possibles
- Conseils après séance

15h00 – 15h15

Pause

15h15 – 16h00

Cas pratiques complets - Mise en situation professionnelle - Accueil du consultant

Anamnèse simple : Choix du protocole - Organisation de séance

16h00 – 16h30

- Questions/réponses - Conseils pour débiter la pratique - Cadre éthique et professionnel

16h30 – 17h00

- Bilan de formation - Remise des attestations - Clôture de la session



■ ABSENCES

Toute absence due à une maladie, un accident ou un événement particulier doit être communiquée le jour même, avant le début du cours.

Le taux d'absence ne doit pas dépasser 10% de la durée totale de la formation.

■ EXCLUSION DE LA FORMATION

Si le comportement et la participation de l'apprenant sont jugés inappropriés par le formateur et le responsable de formation, l'apprenant recevra un avertissement écrit. Si le délai d'amélioration n'est pas respecté, l'apprenant sera exclu de la formation avec effet immédiat et aucun remboursement ne sera dû.

■ ABANDON OU ÉCHEC DE LA FORMATION

En cas d'abandon ou d'échec de la formation (non-validation des connaissances, absences injustifiées), aucun remboursement peut-être demandé.