

SOPHROLOGIE ET ACCOMPAGNEMENT DE LA DOULEUR

DURÉE 2 jours PRIX INTER 600 € ht PARIS 3 - 4 févr. / 10 - 11 mai / 2 - 3 nov. 2022 INTRA Sur site

ACC026

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES	PROGRAMME PÉDAGOGIQUE		
<ul style="list-style-type: none"> > Définir la sophrologie, son étymologie, ses sources, ses objectifs > Comprendre l'intérêt de la sophrologie dans l'accompagnement à la douleur > Acquérir les connaissances de base concernant le fonctionnement de la douleur > Apaiser la douleur par la Sophro-Analgésie > Découvrir la Sophro-Analgésie > Conduire une approche sophrologique adaptée au patient 	<ul style="list-style-type: none"> > Définition et découverte de la sophrologie > Comprendre l'incidence de la dimension émotionnelle sur le ressenti douloureux > Acquérir des méthodes d'évaluation de la douleur > Apprendre les techniques sophrologiques d'accompagnement à la douleur > Exercices pratiques de sophrologie : <ul style="list-style-type: none"> • Respiration • Relaxation dynamique • Visualisation • Sophro-analgésie > Être capable d'accompagner le patient pour apaiser sa douleur 		
MOYENS PÉDAGOGIQUES	PUBLIC CONCERNÉ	INTERVENANTS	RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE
<ul style="list-style-type: none"> > Ateliers Sophrologiques /cas cliniques > Expérimentation de la sophrologie > Réglette de la douleur > Manuel pédagogique > Évaluation pré et post-formation 	Tout personnel soignant	Sophrologue	<ul style="list-style-type: none"> > Sandra ZERBIB Sophrologue et Praticienne en hypnose et Hypnonatal

SOPHROLOGIE, PSYCHOLOGIE ET ACCOMPAGNEMENT DU STRESS, DE L'ANXIÉTÉ ET DE LA DÉPRESSION

DURÉE 2 jours PRIX INTER 600 € ht PARIS 6 - 7 juin / 17 - 18 nov. 2022 INTRA Sur site

ACC027

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES	PROGRAMME PÉDAGOGIQUE		
<ul style="list-style-type: none"> > Définir la sophrologie, son étymologie, ses sources, ses objectifs > Comprendre les mécanismes du stress et de l'anxiété > Gérer le stress et l'anxiété par la sophrologie > Conduire une approche sophrologique adaptée au patient 	<ul style="list-style-type: none"> > Définition et découverte de la sophrologie > Les manifestations du stress et de l'anxiété > Les dangers du stress et de l'anxiété > Apprendre les techniques de sophrologie pour gérer le stress et/ou l'anxiété > Exercices pratiques de sophrologie : <ul style="list-style-type: none"> • Respiration • Relaxation dynamique • Visualisation > Être capable d'accompagner le patient pour apaiser son stress et/ou son anxiété 		
MOYENS PÉDAGOGIQUES	PUBLIC CONCERNÉ	INTERVENANTS	ÉVALUATION ET CERTIFICAT
<ul style="list-style-type: none"> > Ateliers Sophrologiques /cas cliniques > Expérimentation de la sophrologie > Manuel pédagogique > Évaluation pré et post-formation 	Tout personnel soignant	Sophrologue	<ul style="list-style-type: none"> > Sandra ZERBIB Sophrologue et Praticienne en hypnose et Hypnonatal

MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE ET GESTION DU STRESS - MODULE INITIATION

DURÉE 2 jours PRIX INTER 600 € ht PARIS 10 - 11 mars / 29 - 30 sept. 2022 INTRA Sur site

ACC028

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES	PROGRAMME PÉDAGOGIQUE		
<ul style="list-style-type: none"> > Découvrir la méditation de pleine conscience > Expérimenter les exercices de méditation > Connaître les applications thérapeutiques pour certaines pathologies, pour la gestion du stress et de l'anxiété 	<ul style="list-style-type: none"> > Comprendre les mécanismes de la méditation > Méditation de pleine conscience : définition scientifique > Mécanismes cérébraux > Régulation émotionnelle et méditation > Les applications thérapeutiques de la méditation de pleine conscience <ul style="list-style-type: none"> • Méditation et stress chez les sujets sains • Troubles dépressifs / anxieux et méditation de pleine conscience • Abus de substance et méditation de pleine conscience • Obésité & troubles alimentaires et méditation de pleine conscience • Affections somatiques et méditation de pleine conscience (MBSR, MBCT) > La méditation de pleine conscience : un outil d'amélioration de la qualité des soins prodigués aux patients 		
MOYENS PÉDAGOGIQUES	PUBLIC CONCERNÉ	INTERVENANTS	RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE
<ul style="list-style-type: none"> > Jeux de rôle, cas clinique > Ateliers pratiques : exercices de méditation > Évaluation pré et post-formation 	Tout personnel médical et paramédical	Psychiatre	<ul style="list-style-type: none"> > Pr Martine FLAMENT Psychiatre, Ottawa, Canada