



Du vendredi 9 au lundi 12 décembre 2022

DOMAINE DES DEUX CLOS / Les Yourtes du Béarn - 64460 Pontiacq-Viellepinte

Durée de formation : 4 jours / 28 heures

Effectif : De 8 à 16 stagiaires

Objectifs pédagogiques

Comprendre et relier les différents niveaux de l'Etre avec le support de poupées russes : le corps, les émotions, le mental, le plan identitaire, l'Etre.

Savoir accompagner une personne, un groupe, pour favoriser l'éveil et la conscience de Soi, l'expression de l'Etre dans toutes ses dimensions.

Découvrir des approches corporelles de respiration et détente pour accompagner des publics divers dans son cadre professionnel.

Contenu de la formation

Les différents niveaux de l'Etre :

- Un corps à vivre : explorer ses ressentis, la respiration comme outil de mieux être
- Apprivoiser le monde des émotions
- Apports et limites de notre mental
- La dimension relationnelle : bases de communication interpersonnelle
- Se relier à son Etre profond

Relaxation et techniques corporelles :

- Appréhender l'impact du stress, l'influence de la relaxation et des techniques corporelles sur les différents niveaux de l'Etre et sur le cerveau,
- Découvrir des outils, jeux, techniques qui mènent à la détente intérieure, à l'apaisement.
- Découvrir des outils, jeux, techniques qui mènent à une meilleure connaissance et conscience de Soi,
- Adapter la relaxation et les techniques corporelles aux publics rencontrés, en individuel ou en groupe.

Compétences visées

Identifier des méthodes adaptées à des besoins spécifiques.

Mettre en place un accompagnement en fonction du public.

Savoir utiliser ces outils au quotidien dans son cadre professionnel

Public

Profils des stagiaires

Professionnels impliqués dans la relation d'aide, d'écoute ou d'accompagnement, l'enseignement ou la relation éducative, le soin: Enseignants, éducateurs, animateurs, moniteurs-éducateurs, soignants, psychologues, thérapeutes...

Prérequis

Un entretien préalable avec une des formatrices est nécessaire. Une pratique personnelle corporelle ou de relaxation (Yoga, Qi Gong, Sophrologie ...) est fortement conseillée ou à envisager.



Association Court'Echelle

05 62 96 06 97 @courtechelle@gmail.com courtechelle-crea.com 11 rue du Béarn 65 700-Sombrun

ORGANISME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE déclaré sous le n°73 65 00556 65.
Déclaration d'activité enregistré auprès du Préfet Région Occitanie. Ne vaut pas agrément de l'Etat.
Agrément Jeunesse et Education Populaire

Accessibilité

Possibilité d'aménager la formation en fonction de votre situation de handicap et/ ou difficultés. Merci de nous consulter au préalable afin d'identifier les aptitudes et contraintes liées aux handicaps au regard des différentes composantes de l'environnement de formation.

Equipe pédagogique

Formatrices**FRANÇOISE SENMARTIN**

DU Communication et Gestion du Stress, Sophrologue. Formatrice en communication, techniques corporelles et relaxation, auprès de professionnels de divers secteurs. Ancienne élève de Geneviève Manent (formations relaxation pour les enfants et accompagnement au deuil) son approche s'inspire de la manière dont elle utilise la relaxation comme un outil d'autonomie pour la personne.

Co- créatrice de la formation CREA en 2008, avec Bernadette Grelier.

VALERIE LE ROUX

Art-thérapeute et Danse-thérapeute, artiste, formatrice

Travaille au sein de différents contextes avec des publics variés en animant des ateliers, des séances où les arts visuels rencontrent souvent les arts de la scène et vice-versa.

Assistantes

NATHALIE BEGAULE - Assistante administrative / gestion des inscriptions

SYLVIE LATOUR - Assistante pédagogique

Moyens

Moyens pédagogiques et techniques

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.

Alternance entre théorie et pratique. Mises en situation, exercices pratiques et jeux de rôle. Temps de réflexion, discussion, échanges

Support pédagogique remis aux stagiaires lors de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation des résultats de la formation

Moyens : questionnaires de satisfaction numériques

Les questionnaires sont remplis en ligne, les résultats sont automatiquement compilés dans des statistiques, facilitant l'analyse qualité des différentes sessions et la transmission des évaluations qualité. Une adresse mail des stagiaires sera fournie à Court'Echelle à l'inscription, dans le seul but d'assurer le suivi de la formation.

Evaluations préformation, à chaud et à froid pour les stagiaires, évaluations commanditaire et financeurs

Délivrance d'une attestation individuelle de formation

Qualité

Indicateurs de résultat : taux de satisfaction, retours évaluations stagiaires.

Demandes de devis – Renseignements

Assistante administrative : Nathalie Bégaule secretariat.courtechelle@gmail.com 05.62.96.06.97 lundi-vendredi

Contact formatrice : Françoise Senmartin courtechelle@gmail.com 06.30.26.53.89

Financement à titre personnel : 520 € **Tarif préférentiel pour inscription avant le 30 septembre 2022 : 490 €**

Financement employeur, OPCO, autre : 800 € Adhésion annuelle à l'association : offerte

Formation & hébergement : Domaine des deux Clos /les Yourtes du Béarn www.domainedesdeuxclos.fr

Hébergement / tarif préférentiel : Réservation directe auprès du Domaine des deux Clos dès votre inscription à la formation.

A propos des formations CREA

Ces formations permettent d'acquérir des techniques corporelles et de relaxation de l'Enfance au grand Age & Handicap.

Elles sont organisées en modules de 2 à 4 jours.

Un accompagnement et suivi personnalisé est proposé aux stagiaires qui participent à plusieurs modules. Les modalités sont définies individuellement. **Temps d'expérimentation intersessions. Travail personnel pratique et théorique + mises en situation et animation** de séances durant les formations.

Association COURT'ECHELLE

N°TVA intracommunautaire

FR88 449083609

SIRET 449 083 609 00015

APE 8559A

11 rue du Béarn
65 700-Sombrun

05 62 96 06 97

@courtechelle@gmail.com

courtechelle-crea.com

ORGANISME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE déclaré sous le n°73 65 00556 65.

Déclaration d'activité enregistré auprès du Préfet Région Occitanie. Ne vaut pas agrément de l'Etat.
Agrément Jeunesse et Education Populaire