

Comment utiliser

- des outils issus de la sophrologie,
- des temps de méditation pleine conscience,
- des points de réflexologie

dans le cadre de votre profession actuelle.

- Formation courte et concrète.
- Approche originale basée essentiellement sur de la pratique.
- Mise en place sur le terrain rapidement et en toute sécurité des techniques apprises
- Nombre restreint de stagiaires afin d'allier l'approche et l'écoute « individuelle » et la richesse de la dynamique du groupe.

Ce programme répond aux besoins et aspirations de beaucoup de personnes dans le contexte de la société actuelle :

- Acquérir de nouvelles compétences professionnelles et personnelles
- Développer ses capacités d'adaptation
- Favoriser son bien-être au travail pour soi et pour les autres

Formation Continue

Programme d'initiation à des méthodes psycorporelles

**9 et 10 mars 2019
13 et 14 avril 2019
25 et 26 mai 2019**

A VILLEFRANCHE SUR SAONE

*Formation présentielle en 6 jours
soit 42 heures de formation*

Animée par

Chantal Poncet et Karine PALLEY

06 70 37 34 57

www.centres-gestion-stress.com

SAS SYLAU

Siège social : 7 Rue Victor Hugo 26700 Pierrelatte

Public concerné

Professionnels du secteur éducation, secteur sanitaire, social, médico-social, médiateurs, psychologues, secteur sécurité prévention, animateur sportif et culturel, directeurs de structures, aidants, tout professionnel de la relation d'aide.

Animation

Par des Sophrologues certifiées, en exercice sur le terrain depuis 10 à 15 ans et appartenant au réseau Des Centres de Gestion du Stress

Dates et horaires

-Samedi et dimanche

- 9 et 10 mars 2019
- 13 et 14 avril 2019
- 25 et 26 mai 2019

-9h00 12h00 13h30 17h30

Lieu de la formation

Le jardin intérieur
259 avenue Joseph Balloffet
69400 Villefranche sur Saône

Nombre de personnes

6 à 12 stagiaires. Le nombre limité de participants permettra une pédagogie adaptée.

Méthodes et moyens pédagogiques interactif et participatif

Alternance d'exercices pratiques concrets de mise en situation, d'apports théoriques, de temps d'échanges, de réflexions et d'entraînements personnels

Renseignements

Chantal PONCET
CGS Rhône Val de Saône
06 16 92 00 54

Karine PALLEY
CGS Ain.Portes du Rhône
06 70 37 34 57
Kapalley@gmail.com

Objectifs

-Expérimenter et intégrer des pratiques à médiation corporelle

-Savoir adapter les outils en fonction des publics pour :

- apaiser les tensions, la douleur
- accompagner à mieux réguler le stress et les émotions
- ramener le calme et la concentration

-Développer ses capacités d'adaptation selon les situations, les personnes

-Savoir repérer les moments opportuns pour proposer une action.

Validation

Une attestation de présence sera remise à tous les participants.

Conditions de validation : le stagiaire s'engage à participer à l'ensemble du programme prévu sur la durée des 6 jours.

Tarifs et acompte

- A titre individuel : 780 €

- En cas de financement de la formation par un OPCA ou Fonds de Formation des Libéraux : 900€.

La demande de prise en charge doit être faite au moins un mois avant le début de la formation.

180 € d'acompte, à verser lors de l'inscription

- Le solde est à régler le 1er jour du stage

Possibilité de le régler en 3 fois.

L'inscription sera définitive à réception du bulletin d'inscription complet et de l'acompte.

Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail avant le démarrage de la 1^{ère} session.

Frais de repas, d'hébergement, de transport : à la charge de chaque participant.

Le repas de midi peut être pris sur place.

Inscription

Remplir la fiche d'inscription jointe

FICHE D'INSCRIPTION

« Programme d'initiation à des méthodes psychocorporelles »

6 jours soit 42 heures de formation

Dates : 9 et 10 mars, 13 et 14 avril, 25 et 26 mai 2019

Lieu : Villefranche sur Saône

Nom, Prénom :	Coût de la formation : 780 € pour l'ensemble de la formation (6 jours). 900 € en formation continue
Date de naissance :	
Adresse :	Acompte avec l'inscription : Un acompte de 180 € est à verser à l'inscription. Solde sur place le premier jour de la formation, règlement possible en 3 fois. Règlement à l'ordre de : SAS SYLAU CGS
Téléphone :	L'inscription sera définitive à réception du bulletin d'inscription complet et de l'acompte. Une confirmation d'inscription sera envoyée par mail avant le démarrage de la session.
Adresse mail :	Une attestation de formation sera remise à la fin de la session.
Profession :	Conditions de validation : le stagiaire s'engage à participer à l'ensemble du programme prévu sur la durée des 6 jours.
Lieu de travail :	Conditions d'annulation : En cas d'annulation par le stagiaire pour un motif recevable jusqu'à J-15, l'acompte sera conservé par l'organisateur. En cas d'annulation par le stagiaire pour un motif recevable entre J-14 et le premier jour de formation, 75 % de montant total de la formation sera facturé. Les organisateurs se réservent le droit d'annuler ou de reporter la formation en dessous d'un nombre suffisant de participants.
Lu et approuvé : Date et signature du participant :	

**Avant l'envoi de votre inscription,
assurez-vous par mail ou téléphone des places restant disponibles, merci.**

Envoyer ce bulletin complété et l'acompte à l'ordre de SAS SYLAU CGS par la poste à :

Karine PALLEY

Centre de Gestion du Stress Ain Portes du Rhône. 80 rue de la bergerie. Pôle santé 2

01390 SAINT ANDRE DE CORCY

Tél : 06 70 37.34.57 mail : kapalley@gmail.com