ECOLE DE SOPHROLOGIE AIX-MARSEILLE

FORMATION

SOPHROLOGIE & DOULEURS

Ecole de Sophrologie A.M – Dominique HENRIET sophrologue Expert

A qui s'adresse cette formation ?

Sophrologue diplômé ou en cours de formation

Il vous sera demandé de nous adresser la copie de votre diplôme ou une attestation de formation en cours de la part de votre centre de formation

Pré Requis : Maîtrise au minimum des 3 premiers degrés de relaxation dynamique et techniques spécifiques qui y sont liées. Maîtrise des bases de la relation d'aide et d'écoute pré et post sophronique.

Objectifs

- Comprendre et appréhender les différents aspects des différentes douleurs
- Se spécialiser avec une méthode sophrologique adaptée à la douleur
- Comment se positionner en tant que sophrologue pour accompagner les personnes douloureuses avec la sophrologie
  Vous ferez de nombreuses séances, cas pratiques et il vous faudra répondre à un questionnaire en fin de formation.

Programme

- **1er jour :**
- Définition de la douleur, des douleurs / Physiologie de la douleur
- Comment s'exprime le corps, la mémoire de la douleur
- Aspects psychologique, émotionnel et existentiel de la douleur
- Stress, burn-out et douleurs
- Troubles neuro musculaires au travail ou par répétition d'un geste
- La douleur aux différents âges et sexes
- La peur de la douleur, les bénéfices secondaires à la douleur, les risques de lâcher la douleur
- La douleur dans la fibromyalgie, les maladies chroniques, le cancer
- Comment aborder et mesurer la douleur

- **2ème jour :**
- La sophrologie & douleurs /Les RD, les mouvements au service de la douleur
- La respiration /La défocalisation
- Comment ne pas se laisser prendre au piège de la douleur chronique
- Sentiment d incapacité, d'handicap/Lâcher prise / vivre avec la douleur /force originelle de la vie face à la douleur /Hygiène de vie, alimentation et autres pistes
- Posture du sophrologue, travail pluridisciplinaire

ECOLE DE SOPHROLOGIE AIX-MARSEILLE

Bulletin d'inscription

A RETOURNER

Sophrologie et Douleurs

Dates de la formation : Du 09 au 10 Juin 2027

Tarif :

- Tout public : 350€
- Tarif Stagiaire école de sophrologie A-M : 315€
- Prise en charge : 450€

Horaires : 8h00-12h00 / 13h00-17h00

L'action de formation est organisée pour un effectif de 4 stagiaires minimum, seuil en dessous duquel, l'école de sophrologie se réserve le droit d'annuler la formation et décaler le stagiaire sur le groupe suivant et ce dans un délai d'une semaine avant le premier jour de l'action de formation. Elle est organisée pour un effectif de 10 stagiaires maximum.

L'action de formation est réalisée en présentiel dans son intégralité.

INFORMATIONS STAGIAIRE

Nom/Prénom :.....

Date de naissance : .....Profession / Etude(s) :.....

Situation familiale (Entourez la mention utile): En couple, Célibataire, Marié(e), Pasc, Divorcé(e), Veuf/veuve

Enfants / Nombre d'enfants : .....

Adresse :.....

Email:.....Téléphone Portable : .....

Motivation(s) pour faire cette spécialité :.....

Êtes-vous en situation de handicap ? , si oui précisez vos besoins spécifiques :

Avez-vous des demandes particulières concernant l'accès à la formation ? Si oui lesquelles ?

ECOLE DE SOPHROLOGIE AIX-MARSEILLE

Lieu du Stage

Le stage à lieu à l'école de Sophrologie Aix-Marseille : 190 rue Marcelle ISOARD 13290 Les Milles, Entrée A. Sur place un parking de 400 places gratuites.

Votre inscription doit être accompagnée d'un chèque du montant total **à l'ordre de** « Ecole de Sophrologie Aix-Marseille », il sera encaissé le premier jour de la formation.

Dans le cas d'un désistement moins de 10 jours avant la date de début de l'action de formation, la somme totale sera due. Tout désistement dans les délais devra être dénoncé par LRAR avec justificatif, à l'école de sophrologie Aix-Marseille.

En cas de perturbation ou de force majeure, l'école se réserve le droit de modifier la date du stage et le reporter à une date ultérieure. Dans l'impossibilité de reporter le stage, l'école se réserve le droit d'annuler l'action de formation ; Et ce dans un délai d'une semaine avant le premier jour de l'action de formation. Un remboursement sera effectué aux stagiaires en cas d'annulation du seul fait de l'école de Sophrologie Aix-Marseille, aucun dédommagement ne saurait être demandé à l'Ecole de Sophrologie Aix Marseille.

Signature : Le stagiaire, précédé de la mention « Lu et approuvé »

Fait à le