



« Sophrologie et douleur »

Formation présentielle en 2 jours les 28 & 29 novembre 2019 à Avignon

**La Sophrologie, une ressource de choix face à la douleur**



Vous êtes thérapeute, vous arrive-t-il parfois de vous sentir quelque peu écrasé et fatigué par les attentes de vos patients passifs et désarmés face à la douleur ?

Pour renforcer l'efficacité de vos traitements, la Sophrologie vous permet d'impliquer vos patients dans la prise en charge de leur douleur. Le patient ainsi « équipé » participe activement à son traitement, tout en faisant significativement régresser l'anxiété générée par la douleur.

**PUBLIC**

Pour Sophrologues ou stagiaires en cours de formation

**ANIMATION**

**Christine SAINGLAS** Sophrologue et formatrice



**DATES ET HORAIRES**

Jeudi 28 & vendredi 29 novembre 2019 de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30 soit 14h de formation

## LIEU

Le golf du Grand Avignon à VEDÈNE 84270

## NOMBRE DE PERSONNES

14 à 16 - Le nombre limité de participants permettra une pédagogie adaptée.

## METHODES ET MOYEN PEDAGOGIQUES

- Alternance d'échanges, de partages et de pratiques
- Animation de pratiques Sophrologiques

## CONTENU

Jour 1

- Les différents formes de douleurs : brefs rappels physiologiques
- Un temps de prise de recul pour prendre soin du thérapeute, le triangle de Karpman
- Mises en situation : des relaxations dynamiques essentielles et faciles à transmettre

Jour 2

- La posture du thérapeute : la relation d'aide dans la prise en charge des ressentis douloureux
- Exercices pratiques : cas concrets et co-construction des séquences et progressions

## 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 2 jours.

## TARIFS ET ACOMPTE

360 € pour l'ensemble de la formation (2 jours) .

Un acompte de 100 € est à verser à l'inscription. Solde sur place le premier jour de la formation.

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.

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 et la renvoyer avec le chèque d'acompte de 100€ à CFSD - 856, route de l'Aérodrome 84140 MONTFAVET

## RENSEIGNEMENTS

Sylvie Bertrand : 06.23.64.07.43 [sbertrand.sophrologie@gmail.com](mailto:sbertrand.sophrologie@gmail.com)

# FICHE D'INSCRIPTION

Formation Continue spécialisée de 2 jours soit 14 heures  
pour les Sophrologues, organisée par le **Centre de Formation Sophrologie et Développement**

## « Sophrologie et douleur » 28 & 29 novembre 2019

- Nom : .....
- Prénom : .....
- Adresse : .....
- Code postal : ..... Ville : .....
- Téléphone : .....
- Email : .....
- Profession : .....
- Ecole de formation suivie : .....
- Année d'obtention du diplôme : .....

Souhaite m'inscrire à la formation « Sophrologie et douleur » des 28 & 29 novembre 2019 à Avignon.

### Coût de la formation

Financement personnel : 360 €

Un chèque d'acompte de 100 € à l'inscription (qui ne sera encaissé que le 1<sup>er</sup> jour de la formation) -  
Solde sur place le premier jour de la formation

### Mode de prise en charge

Financement : personnel  par un Tiers (Entreprise, organisme de formation professionnelle)

La demande de prise en charge devra être faite au moins 1 mois avant le début de la formation.

### Inscription

- 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.
- Une attestation de formation sera remise à la fin de la session.
- Conditions de validation : le stagiaire s'engage à participer à l'ensemble du programme prévu sur la durée de 2 jours.
- 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 % du 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.

Date et signature ; Mention Lu et approuvé du participant :

**CENTRE DE FORMATION SOPHROLOGIE ET DEVELOPPEMENT**

856, Route de l'Aérodrome 84140 MONTFAVET

Tel : 07.83.82.69.51- GIE Siret : 82758755100017- code APE : 8559 B - N° organisme de formation : en cours