Programme de formation

Sophrologie et Périnatalité

Cette formation destinée aux sophrologues ainsi qu'aux personnels de santé, du social et de la relation d'aide vise à maitriser des techniques sophrologiques de base et de périnatalité afin de mettre en œuvre des séances de sophrologie adaptées aux besoins spécifiques de la femme enceinte de manière individuelle ou en groupe.

450,00 € Net de taxe	21 heures	En visioconférence	Attestation de fin de formation

Objectifs

Comprendre les mécanismes de la Grossesse ;
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à la périnatalité ;
Adapter sa pratique en fonction des problématiques rencontrées.

Public concerné et prérequis

Professionnel dans le domaine de la santé, du social et de la relation d'aide (Sage-femme, Gynécologue, Psychologue, Conseillère ESF, ...)
Sophrologue souhaitant étendre ses compétences
Cette formation ne nécessite pas de prérequis

Moyens pédagogiques et matériels

Lectures de documents
Mises en situation et jeux de rôle
Études de cas
Réflexions de groupe
Support de cours électronique
Paperboard
Vidéoprojecteur

Modalités d'évaluation des acquis

Questionnaire préalable à la formation afin d'évaluer les points forts et les besoins spécifiques des stagiaires ;
Suivi pédagogique / Auto-évaluation stagiaire
Exercices pratiques et mises en situation tout au long de la formation
QCM final permet d'évaluer les connaissances des participants
Evaluation de satisfaction de l'action de formation

Taux de satisfaction

En 2020 : 100 % des stagiaires recommandent la formation
En 2020 : 100 % des stagiaires sont globalement très satisfaits de la formation

Taux de réussite

En 2020 : 100 % des stagiaires ont validé leurs compétences en Sophrologie et Périnatalité

Type d'Intervenant

Professionnel expérimenté du secteur

Effectif maximal

12 stagiaires

Délais d'accès à la formation

1 session tous les 3-4 mois

Accessibilité personne en situation de handicap ou en cas de difficultés d'apprentissage

Accès PMR
Référente handicap : Julie Collet-Beillon
04.76.22.80.43

Matériel à prévoir

1 tapis de sol (à défaut un plaid ou couverture)
1 coussin

Afin de vous sécuriser, merci de prévoir également le matériel suivant :

- ✓ Masques
- ✓ Désinfectant pour les mains
- ✓ Bloc-notes + stylo
- ✓ Bouteille d'eau marquée à votre nom
- ✓ 1 paquet de mouchoirs

Débouchés et + métier

Animer des séances de sophrologie adaptées à la femme enceinte de manière individuelle et en groupe

Programme

Jour 1 :
Les grands axes de la préparation à l'accouchement
Le développement de l'enfant in utero
Les principes de base de la sophrologie

Mise en situation des sophronisations

Jour 2 :Techniques d'accompagnement sophrologiques périnatales : grossesse et naissance
Exercices de relaxation et de respiration

Jour 3 :
Mise en pratique : exercices et études de cas sur l'accompagnement en sophro-périnatalité