

DECOUVERTE DE LA MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

Public

Ergothérapeutes D.E
Professionnels de santé

OBJECTIFS GENERAUX

- acquérir les notions relatives à la méditation de pleine conscience
- acquérir les bases pratiques de la méditation de pleine conscience
- permettre aux soignants d'acquérir les bases de la méditation afin de mieux gérer leurs émotions et ainsi mieux appréhender la relation soignant-soigné
- permettre aux soignants de transmettre les bases nécessaires aux patients pour qu'il puisse au mieux gérer leur souffrance

METHODES ET CONTENU

- Présentation des fondements théoriques
- Echanges et discussion autour des représentations liées à la méditation
- Présentation des possibilités d'application personnelle et professionnelle (avec une orientation plus marquée dans le domaine de la santé mentale)
- Initiation à la pratique de méditation et de la pleine conscience

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Présentation Powerpoint
- Scéances de méditation et de pleine conscience

MODALITES DE SUIVI DE L'ACQUISITION DES CONNAISSANCES ET COMPETENCES

- avant la formation : envoi d'un questionnaire d'évaluation des savoirs, pratiques et attentes
- en fin de formation : questionnaire de satisfaction
- trois mois après la formation : envoi d'un questionnaire d'évaluation du transfert des acquis

Modalités

Dates : **29 et 30 novembre 2018**
Horaires : 9h - 12h30 et 13h30 - 17h
Lieu : I.F.E. Montpellier
Tarif : 550 € (enseignement, supports de cours, matériels, déjeuners)

Formateur

Lucie LAMOTTE
Ergothérapeute D.E
DU Méditation et Santé
Intervenante à l'I.F.E de Montpellier

Renseignements et inscriptions

Enseignement Permanent de l'Ergothérapie (E.P.E.)
1672 rue de saint Priest – Parc Euromédecine – 34090 Montpellier
Tél : 04 67 10 79 99 - Fax : 04 67 10 79 90 – Courriel : ergotherapie@wanadoo.fr

Siret : 47889745700063 –Code APE : 8542Z

N° Formation continue : 91340112734

Notre organisme est référencé DATADOCK

Action de formation en cours de validation DPC

