



# NOTIONS D'ÉCOLOGIE CORPORELLE

PF-F004 V6 25/08/2024

Une pratique corporelle qui engage à travers une réflexion sur nos gestes et ses conséquences pour autrui et pour la nature  
Consentir à se déroutiner pour faire émerger d'autres modes d'existence, de déplacement et de relations



## TOUT PUBLIC

En institution et domicile



14H

Soit 2 jours



## MASSEUR KINÉSITHÉRAPEUTE - OSTÉOPATHE - ERGONOME

Assure la formation



1 150 € / JOUR

Soit 2300€ la session



## RÉFÉRENT HANDICAP

Véronique Racine

### PRÉ REQUIS :

Travailler dans l'accompagnement de personne en perte d'autonomie

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Comprendre et se rapprocher de la physiologie naturelle lors de l'utilisation du corps
- Appréhender les limites des capacités physiologiques
- Reconnaître les signes « Red Flags »

### CONTENU :

- Les rythmes naturels
- Physiologie humaine et activité
- Équilibre alimentaire, sportif et professionnel
- Exercices respiratoires et de détente
- Principes de gymnastique préventive

### MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES PARTICIPATIFS :

- Chaque apprenant exprime ses attentes, ses expériences et ses questionnements
- Apports théoriques
- Outil d'auto-évaluation
- Exercices d'application pratique
- Partage d'expériences et réflexions

### MODALITÉS :

- DÉROULEMENT : en présentiel ou mixte
- ÉVALUATION : de vos attentes en amont + des connaissances et des compétences pré test / post test.
- FIN DE FORMATION : nous vous remettons une attestation de participation et d'acquisition des connaissances / compétences.

Le programme détaillé vous sera communiqué après validation de votre inscription, conformément aux critères de l'indicateur 1 du référentiel Qualiopi.





# NOTIONS D'ÉCOLOGIE CORPORELLE



EN CONFORMITÉ AVEC LE RÉFÉRENTIEL HAS - ACCOMPAGNEMENT À LA SANTÉ : S'APPROPRIER DES TECHNIQUES DE PRISES EN SOINS NON MÉDICAMENTEUSE

## FORMATIONS INTER-ÉTABLISSEMENTS :

Elle permet aux professionnels de différents établissements de se rencontrer et de partager leur expérience, tout en améliorant leurs compétences professionnelles.

## FORMATIONS INTRA-ÉTABLISSEMENTS :

Elle est construite selon les attentes et besoins de l'établissement, permet de travailler sur les documents et/ou matériel internes en appui de la formation pour accompagner les équipes dans leurs montées compétences.

