



Sonothérapie - Initiation

Soins - Bien-être

Continue

Durée

7h

Tranche d'âge

18 à 25 ans

25 ans et +

Finalité

Attestation

Pratique en entreprise / Alternance

Non

Métier en pénurie / Fonction critique

Non

Cette formation va vous permettre de comprendre l'intérêt de la sonothérapie, la thérapie par le son et les vibrations, dans le cadre de vos coachings. Vous découvrirez les bienfaits de la sonothérapie et comment utiliser des instruments de façon harmonieuse.

Au terme de la journée, vous serez capables d'utiliser votre intuition créative pour créer des sons harmonieux grâce aux instruments intuitifs mis à disposition.

Pour les professionnels du bien-être, les instruments pourront être exploités dans le cadre des moments d'introduction et/ou de clôture de soins. Par exemple, un bol tibétain pourra être utilisé en début de séance pour créer une atmosphère de méditation et de recentrage. En fin de soin, un carillon pourra être doucement joué pour reconnecter le client à son moment présent, de manière poétique et délicate, etc.



Conditions d'accès

Cette formation concerne les personnes qui sont dans la relation d'aide aux autres par leur pratique professionnelle ou de bénévolat (Professionnel de la santé, coach, animateur, éducateur, enseignant, etc.)

Programme

Découverte des instruments intuitifs

Carillons

Tambours

Bols tibétains

Bâton de pluie

Maracas

Cloches

Etc.

A la fin de la journée, les apprenants seront capables de réaliser un mini voyage sonore sur le thème des 5 éléments : terre, eau, feu, air et espace.

Les apprenants seront capables de faire sonner correctement un bol tibétain, par friction et par tintement mais aussi de pouvoir faire durer le son, jouer avec les harmoniques.

Cette journée constitue également un prérequis pour la formation en massage aux bols tibétains.





Liège - Château Massart (FC)

Rue du Château Massart, 70 4000 Liège

04 229 84 60

Accueil :

Du lundi au vendredi : de 8h30 à 12h30 et de 13h15 à 20h

/

formation.continue@centreifapme.be

Type d'inscription

Par e-mail

Bon à savoir

Consultez l'ensemble du catalogue de formations continues du Centre IFAPME Liège-Huy-Verviers sur le site www.formation-continue.be (<http://www.formation-continue.be>)

Pour tout renseignement, contactez le 04/229.84.60 ou via formation.continue@centreifapme.be

