



# La sophrologie ludique pour les enfants

Soins - Bien-être

Continue

**Durée**

16h

**Tranche d'âge**

18 à 25 ans

25 ans et +

**Finalité**

Attestation

**Pratique en entreprise / Alternance**

Non

**Métier en pénurie / Fonction critique**

Non

La sophrologie appliquée aux enfants est un domaine fascinant et les techniques utilisées sont adaptées et les plus ludiques possibles. Gestion des émotions, du stress, de l'anxiété, amélioration du sommeil, augmentation de la confiance en soi, la sophrologie peut offrir plusieurs bienfaits aux enfants.

Cette formation vise à introduire la sophrologie dans un contexte général de pédagogie créative et de l'appliquer en complémentarité d'une pratique professionnelle. Elle est essentiellement basée sur des exercices pratiques mais comprend également quelques fondements théoriques indispensables.

À l'issue de la formation, vous disposerez d'outils concrets et ludiques pour aider les enfants à être plus à l'écoute de tout ce qui se passe dans leur corps et à développer leur intelligence émotionnelle.



## Conditions d'accès

Aucun prérequis

---

## Aptitudes

Acquérir une pratique et des exercices à mettre en application dans le cadre scolaire, lors d'ateliers extra-scolaires ou de stages pour enfants

---

## Public cible

Personnes qui travaillent avec des enfants (enseignants, animateurs, éducateurs, coaches, etc.)





## Dinant

Rue Fétis, 61 5500 Dinant

082 21 35 80

### Secrétariat

Du Lundi au jeudi : de 8h30 à 21h30

Le Vendredi : de 8h30 à 17h

Le Samedi : de 8h30 à 13h

/

[centre.dinant@ifapme.be](mailto:centre.dinant@ifapme.be)

### Conditions d' inscription

Par e-mail

A Madame Bresmal: Par mail: [natacha.bresmal@ifapme.be](mailto:natacha.bresmal@ifapme.be) Par téléphone: 082 21 35 89

Bon à savoir

Ce prix comprend le catering (accueil café et lunch sandwich)

