

Nutrition et diététique

Sessions courtes

Les sessions spécifiques aux diététiciennes et diététiciens sont organisées en partenariat avec l'Association Suisse des Diététicien-ne-s Diplômé-e-s (ASDD).



SVDE ASDD

h e d s

Haute école de santé
Genève

Formation continue

Initiation à l'autohypnose; Outil personnel de gestion du stress - 2020

Nouveau

Dates de la formation: 17 janvier 2020

Durée de la formation: 1 jour

Délai d'inscription: 17 Novembre 2019

Lieu de formation: HEdS Genève Avenue de Champel 47 1206 Genève

Intervenant(s)

Aurèle Sagne, HEdS-Ge , Estelle Choquet, Hypno praticienne formée HES

Contenu

Depuis quelques années, l'hypnose connaît un véritable essor.

De nombreux ouvrages, publications scientifiques, articles professionnels ou parutions grand public vantent les mérites des techniques hypnotiques et accentuent cet effet. L'hypnose est un outil puissant. Il permet la prise en charge de nombreuses pathologies. Son efficacité, n'est donc plus à démontrer aujourd'hui.

Cependant, l'hypnose est parfois assimilée à une démonstration de spectacle ou avec une fonction magique.

Cette formation permettra aux participant-e-s d'expérimenter une forme d'hypnose clinique en conservant à tout moment son état de conscience et la maîtrise de soi, mais surtout en découvrant un outil positif sur la diminution du stress omniprésent dans la vie professionnelle et personnelle.

Modalités pédagogiques :

- Introduction et principes.
- Contenu théorique.
- Pratiques individuelles en petit groupe.



Nutrition et diététique

Sessions courtes

Les sessions spécifiques aux diététiciennes et diététiciens sont organisées en partenariat avec l'Association Suisse des Diététicien-ne-s Diplômé-e-s (ASDD).



SVDE ASDD

h e d s

Haute école de santé
Genève

Formation continue

Objectifs

- Permettre aux participant-e-s de découvrir l'outil hypnotique.
- Expérimenter l'hypnose.
- Développer des outils personnels de gestion du stress au travail et au quotidien.
- Développer des capacités d'autohypnose pour la gestion du stress.

Public

La formation s'adresse aux professionnel-le-s de la santé, mais peut également intéresser les professionnel-le-s du travail social.

Remarque

Nombre de participants : entre 14 et 16

Coûts

Frais de formation (CHF) : 220

Contact

HEdS Genève
Formation continue
Sophie Asin
+41 22 388 56 30
fc.heds@hesge.ch

