

OFFRE DE FORMATION

COHERENCE CARDIAQUE

UTILISER LA COHERENCE CARDIAQUE DANS UN PROCESSUS THERAPEUTIQUE

FORMATEUR : **Gwénaél Knichel**

REFERANT DE LA FORMATION : **Frédérique Gané, responsable pédagogique**

DATE : **26 et 27 février 2022**



SOMMAIRE

1.	Préambule.....	1
1.1.	La cohérence cardiaque.....	1
1.2.	Cohérence cardiaque et processus thérapeutique	1
2.	A qui s'adresse cette formation	2
3.	Les objectifs de la formation	2
4.	Contenu de la formation	2
5.	Les moyens pédagogiques.....	2
5.1.	Méthode pédagogique	2
5.2.	Préparation, élaboration et validation de la formation	3
5.3.	La théorie et l'expérimentation pratique	4
5.4.	Une supervision constante	4
5.5.	Amélioration continue / Veille règlementaire et normative.....	4
6.	Le formateur.....	4
7.	Le déroulement de la formation	5
7.1.	Les dates	5
7.2.	Le lieu.....	5
7.3.	Les horaires.....	5
7.4.	La taille du groupe	5
7.5.	Public et Prérequis.....	5
7.6.	Durée de la formation / horaires.....	5
7.7.	Protocole sanitaire Covid-19	5
8.	Les conditions financières et la confidentialité	6
o	Le prix de la formation.....	6
8.1.	Les modalités de règlement	6
8.2.	Confidentialité	6
8.3.	Conditions générales de vente	6
9.	Bulletin d'inscription à la session 2022 Utiliser la cohérence cardiaque dans un processus thérapeutique.....	7
10.	Les références Elide dans l'Est de la France	8

1. PREAMBULE

1.1. La cohérence cardiaque

La cohérence cardiaque est un état physiologique d'équilibre du SNA (Système Nerveux Autonome), qui s'obtient par une pratique respiratoire. L'objectif premier de cette pratique est de mettre le SNA au « point neutre », et ce faisant d'acquérir un équilibre émotionnel, physiologique et physique.

Si la pratique de la Cohérence Cardiaque est facile, son utilisation adéquate et opportune en fait un outil thérapeutique très puissant ! Elle agit directement sur la production des hormones du corps humain, ces messagères qui voyagent dans le sang jusqu'aux tissus et organes pour stimuler toutes nos fonctions corporelles, telles que l'appétit, le sommeil, la libido, la température...



1.2. Cohérence cardiaque et processus thérapeutique

L'intégration de la pratique de cohérence cardiaque dans un cadre thérapeutique quel qu'il soit, a comme effet de renforcer le processus.

Il s'agit d'abord d'expliquer la pratique et d'en démontrer les effets, puis d'installer un exercice régulier pour obtenir des effets bénéfiques sur le long terme.

D'autre part et de manière remarquable, l'état de Cohérence Cardiaque induit un état favorable au développement de l'Intelligence Emotionnelle, un des piliers du Développement Personnel.

Enfin, la cohérence cardiaque c'est un peu le couteau suisse du thérapeute : il va pouvoir l'utiliser (et la transmettre) dans de nombreuses situations de la vie courante.



2. A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION

Tous les professionnels de la santé (physique et mentale), diététiciens et nutritionnistes, coaches, thérapeutes, praticiens en hypnose

3. LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Pratiquer la cohérence cardiaque sur soi-même
- Proposer la cohérence cardiaque à ses patients/clients
- Proposer des protocoles de cohérence cardiaque et plus spécifiquement dans les domaines de la gestion douleur et de la gestion du poids
- Utiliser et transmettre des outils d'intervention
- Travailler au développement de l'intelligence émotionnelle grâce à la cohérence cardiaque

4. CONTENU DE LA FORMATION

- Cohérence cardiaque : théorie et pratique
- Utilisation du logiciel de cardiofeedback
- La mise en place de la pratique personnelle.
- La résonance cardiaque : influence du cœur sur le reste du corps.
- Le « QE » : quotient émotionnel ou intelligence émotionnelle.
- Le SNA : Système nerveux autonome.
- Le Système endocrinien (producteurs d'hormones).
- Le Stress, d'un point de vue hormonal.
- Mise en place détaillée du cadre thérapeutique adapté au développement personnel en général et à la gestion du poids et à la gestion de la douleur en particulier.

5. LES MOYENS PEDAGOGIQUES

5.1. Méthode pédagogique

Pédagogie interactive, créative, participative, dynamique, pratique.

Engagement pour les participants : implication et participation.

Selon les modalités définies par la HAS, il s'agit d'une formation professionnelle présentielle qui a pour objectif l'acquisition et l'approfondissement de compétences pour les professionnels de santé.

Cette formation comprend :

- **Un temps d'acquisition et d'approfondissement de connaissances et compétences qui utilise des méthodes interrogatives et actives**

La formation alterne théorie, réflexion, expression et expérimentation.

Il est proposé aux participants de s'impliquer personnellement ; nous leur garantissons le respect des rythmes de chacun, de leurs ressources ainsi que de leurs limites.

Nous sommes vigilants et attentifs afin que les participants se sentent suffisamment en sécurité pour s'exprimer et progresser dans leur pratique.

- Apport d'éléments théoriques
- Apprentissage des techniques par démonstrations et expérimentations entre participants
- Echanges d'expériences vécues
- Exercices et temps de partage après les exercices

- Etudes de cas, basées sur des cas réels apportés par les stagiaires et le formateur
 - Simulations – jeux de rôle, avec sous réserve de l'accord des participants et de l'établissement, utilisation de la vidéo
 - Exercices en sous-groupes
 - Le partage à l'issue des exercices et quand le besoin s'en fait sentir
 - Des débats autour des questions que les participants se posent
- **Une modalité de transfert des connaissances / compétences**

Des documents pédagogiques résumant les différentes notions abordées lors de la formation sont remis à chaque participant. Ils comprennent également des références bibliographiques et filmographiques afin de permettre aux participants d'aller plus loin dans leur développement de compétences professionnelles. Ces documents pédagogiques peuvent être au format papier ou sous forme de fichiers numériques téléchargeables.
 - **Un dispositif d'évaluation et de suivi de l'acquisition de connaissances**
 - La validation des acquis du stagiaire s'effectue par un contrôle continu (questions ciblées, jeux de rôle et mises en situations). Dans ce cadre, le formateur fournit des éléments de correction et d'amélioration.
 - Evaluation formative : au cours de chaque jour de formation, des évaluations intermédiaires permettent un recadrage, une amélioration ou une action corrective éventuelle. (Questions ciblées, mise en situation, analyse de situations)
 - Evaluation sommative : à chaud, à la fin du stage, composée de l'évaluation de satisfaction des stagiaires et de l'évaluation des acquis.
 - Une évaluation à froid, à distance du stage, est proposée sur demande du client et/ou lors d'un suivi téléphonique.
 - En cas de non atteinte des objectifs, une analyse des causes sera réalisée et une solution sera proposée.
 - Au cas où plusieurs groupes sont concernés par une formation, nous proposons de faire un bilan à l'issue du premier stage. Ce bilan permet d'évaluer l'impact de ce stage et d'apporter d'éventuels ajustements.
 - **Un temps d'analyse des pratiques intégré à la démarche cognitive :**
 - Analyse des cas difficiles à gérer,
 - Echanges sur les situations vécues par les participants,
 - Propositions de pistes d'intervention directement utilisables au quotidien.
 - **Cette offre de formation peut être personnalisée en fonction des attentes des stagiaires**
 - En fonction des profils des stagiaires et des objectifs visés, le formateur peut être amené à utiliser tout ou partie des méthodes pédagogiques présentées et à adapter le contenu de la formation.

5.2. Préparation, élaboration et validation de la formation

Nos formations font l'objet d'une préparation et d'un suivi rigoureux. Chaque nouveau projet est précédé, si besoin, d'une ou plusieurs réunions préparatoires et suivi d'une réunion de synthèse.

La validation des contenus et le suivi des interventions sont assurés par Claude HAAR, responsable pédagogique et/ou sa suppléante, Marielle BERTRAND du Cabinet ELIDE en collaboration avec l'intervenant et les responsables concernés.

Les contenus du stage sont contrôlés et validés par le Comité Scientifique d'Elide formation, composé de 3 professionnels de la santé indépendants du cabinet Elide.

5.3. La théorie et l'expérimentation pratique

Comme pour n'importe quelle autre compétence où le savoir-faire et le savoir être jouent un rôle fondamental, Les techniques de cohérence cardiaque s'apprennent essentiellement par la pratique et par l'observation d'autres praticien dans l'exercice de leur "art".

- 60% à 70% du temps de la formation est consacré à l'expérimentation pratique et au partage d'expériences entre les participants.
- 30% à 40% restant sont dédiés à la présentation théorique des différents savoirs à acquérir.

La notion de "groupe apprenant" constitue l'un des fondements didactiques de cette formation. Cela signifie que la dynamique du groupe sera utilisée pour accélérer le processus d'apprentissage et favoriser une acquisition des connaissances basées sur l'intérêt, le plaisir de découvrir, la curiosité, l'envie et la passion. Les recherches dans le domaine pédagogique le prouvent : le cerveau humain apprend plus vite et mémorise mieux lorsque cet apprentissage est motivé par l'envie et le plaisir.

5.4. Une supervision constante

Durant toute la formation, une supervision constante du stagiaire est réalisée. Cela signifie que chaque participant est suivi, encadré et guidé dans son apprentissage. Un ou plusieurs assistants soutiennent Gwénaél Knichel dans son travail d'encadrement et de suivi.

5.5. Amélioration continue / Veille réglementaire et normative

Elide Formation met en œuvre des dispositions visant à améliorer la qualité de ses services et prestations en maintenant son fonctionnement en conformité avec la réglementation.

L'ensemble des informations collectées permettront d'alimenter le système d'amélioration continue de l'organisme de formation.

6. LE FORMATEUR

La formation est conduite et animée par Gwénaél Knichel.



- Thérapeute praticien en hypnose Ericksonienne et thérapie manuelle Poyet.
 - Formé à l'hypnose thérapeutique en 2013/2014 par l'Institut d'Hypnose Thérapeutique Denis Jaccard.
- Pratique de la thérapie en cabinet (Neuchâtel/Suisse 2014/2015) puis Turckheim (68) depuis 2015.
- Aujourd'hui, il partage son temps entre une activité de thérapeute, de formateur en hypnose et de consultant en communication.

7. LE DEROULEMENT DE LA FORMATION

7.1. Les dates

Pour la session 2022 en région de Strasbourg, la formation se déroule sous la forme de deux jours consécutifs (14h)

Dates : 26 et 27 février 2022

7.2. Le lieu

L'ensemble de la formation se déroule dans la région de Strasbourg (en Alsace, France). Tous les lieux choisis pour chaque week-end offrent des possibilités d'hébergement à des tarifs raisonnables. Une liste est disponible sur simple demande.

7.3. Les horaires

Le matin, la formation débute à 9h.

Une pause de 90 minutes est consacrée au repas de midi.

L'après-midi, la formation se termine à 17h30.

7.4. La taille du groupe

10 à 22 personnes (maximum).

Une feuille de présence sera émargée lors de chaque demi-journée de présence.

7.5. Public et Prérequis

Toute personne œuvrant dans la relation d'aide. Pas de niveau minimal exigé.

7.6. Durée de la formation / horaires

La durée de la formation est de 2 Jours à raison de 7h par jour.

Les horaires habituels sont 9h à 12h30 et 14h à 17h30. Il est prévu une pause de 15 minutes les matin et après-midi.

7.7. Protocole sanitaire Covid-19

Notre protocole sanitaire est téléchargeable sur notre site internet.

<https://elide-formation.com/wp-content/uploads/2021/03/PT-PS002.3-protocole-Covid-dans-les-locaux-Elide.pdf>



8. LES CONDITIONS FINANCIERES ET LA CONFIDENTIALITE

○ Le prix de la formation

Le coût pédagogique est de

- **392 €** pour les 2 jours (14 heures) dans le cadre d'une prise en charge au titre de la Formation Professionnelle Continue, ou directement par l'employeur.
- **Pour les particuliers qui financent eux-mêmes leur formation sans prise en charge d'aucune sorte : 300 €**

Le Cabinet ELIDE n'est pas soumis à TVA dans le cadre de la formation professionnelle continue.

8.1. Les modalités de règlement

- Personnes finançant elles-mêmes leur formation : versement d'un acompte de 100€ à l'inscription, par chèque encaissé lors du module.
- Formation professionnelle continue : règlement à réception de facture de 392€

8.2. Confidentialité

Nous nous engageons à respecter la confidentialité par rapport à toutes les informations recueillies au cours de nos interventions et formations.

Les stagiaires s'engagent à respecter la confidentialité des échanges d'ordre privés et professionnels qu'ils ont avec les autres participants.

8.3. Conditions générales de vente

Nous conditions générales de vente sont consultables sur notre site internet :

<https://elide-formation.com/mentions-legales/>

9. BULLETIN D'INSCRIPTION A LA SESSION 2022

UTILISER LA COHERENCE CARDIAQUE DANS UN PROCESSUS THERAPEUTIQUE

 Madame Monsieur

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Tél. privé : _____ Tél. prof. : _____

Email : _____

Profession : _____

Etablissement (si convention de formation) : _____

Je m'inscris à la formation " Utiliser la cohérence cardiaque dans un processus thérapeutique " 2022 région de Strasbourg

Je choisis l'option de paiement suivante :

 Personne privée (sans prise en charge) : 300€
Ci-joint un chèque de 100€ libellé à l'ordre d'Elide Formation **Prise en charge par la Formation Professionnelle : 392€**
Signature du responsable de la FPC de l'Etablissement _____

Conditions générales

L'inscription, datée et signée, est considérée comme un engagement ferme et sous-entend le versement total du cursus de formation.

Le prix de la formation inclut l'animation et la documentation distribuée. Il ne comprend pas les frais de restauration, d'hébergement, de supervision et de déplacement.

Compte tenu du fait que la formation est soumise à un numerus clausus (22 inscrits maximum), les inscriptions sont prises en compte par ordre d'arrivée.

Elide se réserve le droit d'annuler la formation avant son démarrage en cas de nombre insuffisant de participants.

Si vous vous inscrivez moins de 15 jours avant le début de la formation, veuillez contacter Elide Formation par téléphone ou email.

Les informations pratiques et le plan d'accès au lieu de formation vous sont adressés une dizaine de jours avant le début du stage.

En cas d'annulation de l'inscription plus de 30 jours avant la date du 1er jour de la formation, 10% de l'acompte reste dû pour frais administratifs.

En cas d'annulation durant la période des 30 jours précédant le 1er jour de la formation, la totalité de l'acompte reste due sauf si la place laissée libre peut être immédiatement réattribuée par Elide. Dans tous les cas, un montant correspondant à 10% de l'acompte reste dû pour frais administratifs.

Toute formation commencée est intégralement due. En cas d'absence, les jours manqués seront payés. Les jours manqués pourront être rattrapés lors d'une session ultérieure.

Je certifie avoir lu, compris et accepté les conditions générales d'inscription mentionnées sur cette page.

Date :

Signature :

Veuillez nous renvoyer ce formulaire à l'adresse suivante :
Elide Formation – 3 Rue de Saverne – 67201 Eckbolsheim

10. LES REFERENCES ELIDE DANS L'EST DE LA FRANCE

- Amreso Béthel Oberhausbergen
- Association Adèle de Glaubitz
- Foyer Notre Dame Strasbourg
- Association Hospitalière de Joef
- Association Notre Dame Strasbourg
- Centre Hospitalier de Cernay
- Centre Hospitalier de Gérardmer
- Centre Hospitalier de Guebwiller
- Centre Hospitalier de Haguenau
- Centre Hospitalier de Wissembourg
- Centre Hospitalier de Lunéville
- Centre Hospitalier de Munster
- Centre Hospitalier Spécialisé de Rouffach
- Centre Hospitalier Spécialisé de Lorquin
- Centre Hospitalier Spécialisé de Ravenel
- Centre Hospitalier de St-Dié
- Centre Hospitalier de Toul
- Centre Hospitalier de Vittel
- Centre Hospitalier Spécialisé d'Erstein
- Centre Hospitalier Spécialisé de Fains Vèèl
- Centre Hospitalier St Charles Commercy
- Centre Hospitalier St Jacques Thann
- Centre Hospitalier Ste Catherine Saverne
- Clinique Rhena Strasbourg
- Clinique Claude Bernard Metz
- Clinique Sainte Elisabeth Thionville
- Clinique Saint François Haguenau
- CHSLD du Territoire de Belfort
- E.P.S.A.N. Brumath
- EHPAD Angel Filipetti Audun le Tiche
- EHPAD Argenson Bollwiller
- EHPAD Bas Château Essey les Nancy
- EHPAD Bethesda Mulhouse
- EHPAD Foyer Caroline Munster
- EHPAD Foyer du Parc Munster
- EHPAD Home de Préville Moulins les Metz
- EHPAD La Vacquinière Metz
- EHPAD Les Trois Fleurs Holtzheim
- EHPAD Pierre Herment Le Ban St Martin
- EHPAD St Charles Schiltigheim
- EHPAD St Joseph Saales
- EHPAD St Joseph Strasbourg
- EHPAD Ste Famille Montigny les Metz
- EHPAD Saint Joseph Saales
- EHPAD Abrapa Bas Rhin
- Fondation Vincent de Paul Strasbourg
- Groupe Hospitalier Saint Vincent Strasbourg
- Groupement du Kemberg Saint Dié
- Hôpital d'Altkirch
- Hôpital d'Obernai
- Hôpital de Blamont
- Hôpital de Dannemarie
- Hôpital de Darney
- Hôpital de Marckolsheim
- Hôpital local de Ribeauvillé
- Hôpital de Rosheim
- Hôpital de Saint Mihiel
- Hôpital de Sélestat
- Hôpital de Sierentz
- Hôpital de Soultz Issenheim
- Hôpital de Wasselonne
- Hôpital de Wissembourg
- Résidence Clos de l'illmatt Benfeld
- Hôpital local de Bussang
- Hôpital local de Fraize
- Hôpital local de Lamarche
- Hôpital local de Molsheim
- Hôpital local de Pompey
- Hôpital local de Raon l'Étape
- Hôpital local de Rixheim
- Hôpital local de Ste Marie aux Mines
- Hôpital local du Val du Madon
- Hôpital Saint André à Metz
- Hôpital St Jacques Dieuze
- Institut de Cancérologie de Lorraine Vandœuvre,
- Maison de retraite Le Séquoia Illzach,
- Maison de retraite Salem Barr
- Polyclinique des 3 frontières St Louis
- Résidence du Parc Lingolsheim
- Résidence Hospitalière de la Weiss Kaysersberg
- Résidence Heimelig Seppois le Bas
- Résidence St Vincent de Paul Metz

11. ELIDE ORGANISME DE FORMATION ET DE DPC

Elide Conseil & Formation

3 rue de Saverne – 67201 Eckbolsheim Strasbourg

Tél 03 88 95 97 69

contact@elide-formation.com

www.elide-formation.com

Sarl créée en 2002

Etablissements des secteurs sanitaires, social et médico-social



MARIELLE BERTRAND

Gérante, responsable commerciale

06 10 54 18 35

marielle.bertrand@elide-formation.com



FREDERIQUE GANE

Responsable Pédagogique

06 80 30 78 04

frederique.gane@elide-formation.com

ERIC GANE

Responsable qualité/informatique

06 86 27 67 95

eric.gane@elide-formation.com



Organisme de formation enregistré le 25 juin 2002 sous le n° **42 67 03132 67** auprès du Préfet de la région Alsace (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)

Enregistré dans Data Dock

Organisme de DPC habilité à dispenser des programmes DPC n°1557

Elide Formation met en œuvre des dispositions visant à améliorer la qualité de ses services et prestations en maintenant son fonctionnement en conformité avec la réglementation.

Elide SARL n'est pas soumise à TVA dans le cadre de la formation professionnelle continue.

N° de Siret : 441 768 991 000 24 – Code APE 8559A