

Écoute Active du Corps est une technique simple, douce, très efficace qui prend le Corps dans sa globalité. Cette technique est beaucoup plus énergétique que mécanique.
Elle est abordable par Tous.

Nous allons :

- nous intéresser à la normalisation des dysfonctionnements réversibles osseux, articulaires, viscérales,
- guider le corps vers un meilleur fonctionnement,
- suivre son réalignement avec émerveillement.

Les résultats sont surprenants, profonds, tout en douceur.

Bernadette NAUD, Ostéopathe D.O. vous aidera à affiner vos perceptions manuelles et votre attention à l'Autre.

Un état des lieux de la mobilité générale est effectué sur le crâne. Nous découvrons ainsi à distance, puis en direct les libertés ou les restrictions des mouvements intra-osseux et des mouvements articulaires. Nous apprendrons à les normaliser.

Les gestes correctifs sont le plus souvent effectués sur le sacrum, les pieds, les mains, ou sur la zone concernée. Ils utilisent "le poids de l'intention" associé à une très légère pression inductive. Suite à notre geste correctif nous percevons immédiatement l'amélioration reçue. Ceci permet au corps de retrouver par lui-même son équilibre et sa santé.

Cette technique est complémentaire aux traitements médicaux ou paramédicaux et ne se substitue pas à ceux-ci.

Présentation de la formation de 5 jours du 16 au 20 mai 2022 de 9h à 18h30, Renseignements et Inscription à EQUILIBRE FORMATION

Cinq jours de théorie avec beaucoup, beaucoup de pratiques et de ressentis.

Nous allons apprendre entre nous, progressivement, à faire une séance et aussi à en recevoir.

La dernière 1/2 journée, chaque stagiaire pourra pratiquer sur un ou une invité(e).

Objectifs

- Affiner vos perceptions manuelles et votre attention à l'Autre.
- Apprendre les repères anatomiques en théorie et en pratique, sur des individus différents.
- Intégrer les différentes étapes du déroulé d'une séance
- permettre au corps de retrouver par lui-même son équilibre et sa santé
- Pouvoir mener une vraie séance:

1. accueil et écoute de la demande
2. prise de renseignements multiples
3. état des lieux de la mobilité, parfois à distance, en début de séance
4. effectuer les procédures de normalisation en directe ou à distance
5. états des lieux de fin de séance
6. échanges

- Partir de ce stage plus confiant(e) avec des acquis qui donnent envie de pratiquer

Compétences visées

- La justesse et la douceur dans l'attitude et dans la pratique
- La confiance en soi, l'ancrage
- La confiance en la réponse du corps, découverte de liberté ou de restriction et son indication d'intervention pour normaliser
- Se laisser surprendre dans notre écoute manuelle
- Etre en constant dialogue subtil avec le corps de l'autre et chaque fois réajuster jusqu'à arriver à l'harmonisation des mouvements intra osseux et des mouvements articulaires.
- Utiliser "le poids de l'intention" associé à une très légère pression inductive
- La connaissance et l'intégration de la localisation des gestes correctifs et percevoir immédiatement l'amélioration reçue.

Programme

- Connaissance des os sur le crâne, sur la colonne vertébrale, sur les membres
- Compréhension intellectuelle, repérage et palpation
- Apprentissage du déroulé de l'état des lieux de la mobilité générale effectué sur le crâne.
- Découverte ainsi à distance, puis en direct des libertés ou des restrictions des mouvements intra osseux et des mouvements articulaires.
- Apprentissage des gestes correctifs au niveau osseux et articulaire le plus souvent effectués sur le sacrum, les pieds, les mains, ou sur la zone concernée.
- Effectuer une séance complète

Méthodes pédagogiques

- Bernadette Naud, avec sa pratique d'Ostéopathe D.O depuis 36 ans et sa pédagogie d'enseignante, vous aidera à assimiler cette technique et à prendre confiance en vous
- Manuel, squelette général et os particuliers, vidéos
- début d'apprentissage de notre capacité à sentir avec objets différents
- Sentir les reliefs osseux sur soi et sur quelqu'un d'autre
- beaucoup de pratiques concrètes
- Interaction avec le groupe, entraide commune dans l'apprentissage et intégration pas à pas
- Pratique d'une séance complète avec un invité(e) la dernière demi journée
- Après la pratique, retour de la formatrice sur les points forts et les points à améliorer

Témoignages

Excellent stage. D'une très grande richesse. J'étais venue chercher des apports théoriques et je repars avec une méthode complète et d'une incroyable efficacité. Merci Bernadette.

CD

Une méthode très douce et efficace, qui va demander de la pratique pour être bien intégrée. C'est super d'avoir des volontaires en fin de stage pour une application directe. Merci à toi Bernadette pour ton humour, ta pédagogie et ton attention pour chaque stagiaire et ta bienveillance.

AW

Une des meilleurs stages que j'ai pu faire. Très riche en connaissance mais tellement puissant aux ressentis. Merci pour cela. Une écoute active de l'autre mais également une écoute de soi par les perceptions.

SAR

Ce que j'aime dans ce stage c'est la pratique permanente. Le travail avec les changements de binômes est important pour se familiariser avec la technique. La fin du stage avec une séance sur une personne non connue est importante.

JMJ

Très profond et malgré mon ignorance totale en Anatomie une grande reconnaissance à Bernadette car je finis par être relativement à l'aise. Superbe entente entre les stagiaires. Merci pour cette bienveillance.

BJ

J'ai découvert combien il est merveilleux de pouvoir écouter un Corps à tous les niveaux et sur toutes les profondeurs... C'est une école de la simplicité... Au niveau de mon cabinet, je me sers très souvent de la technique, surtout lors d'une douleur invalidante chez les personnes âgées qui retrouvent alors une meilleure autonomie.

SZ(Ostéopathe)