



FACULTÉ DES SCIENCES
ET TECHNIQUES DE SANTÉ
UM6SS - CASABLANCA

CERTIFICAT UNIVERSITAIRE

Yoga & Relaxation



**Du 18 au 22
Février 2019**

Places limitées

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Ce certificat permettra aux participants :

- d'apporter, grâce au yoga, une réponse 'sur mesure' aux problèmes de santé pour accompagner, faciliter, voire accélérer un processus de guérison en santé mentale et physique.
- De Savoir repérer à travers une pratique personnelle les intérêts de diverses méthodes de relaxation :

BERGÉ - YOGA DE L'ÉNERGIE - VITTOZ - JACOBSON - RELAXATION CORÉENNE - EXERCICE RESPIRATOIRE

Public cible

Psychomotriciens, orthophonistes, kinésithérapeutes, médecins et autres professionnels de la santé.

Prérequis

Minimum un bac+3 en professions médicale ou paramédicale.

Débouchés

Animateur des ateliers de yoga et relaxation médicale
Formateur aux méthodes yoga et relaxation respiratoire
Coach de bien-être en yoga et relaxation en santé physique et mentale

Liste des modules

- **Module 1** : Méthode vittoz
- **Module 2** : Yoga de l'énergie
- **Module 3** : Relaxation coréenne
- **Module 4** : Travail respiratoire
- **Module 5** : Relaxation sensorielle et diverses
- **Module 6** : Relaxation Bergés
- **Module 7** : Méthode Jacobson et adaptation aux enfant

COORDINATRICES SCIENTIFIQUES

Beatrice CHENEL

Psychomotricienne DE - Relaxologue - Énergéticienne Praticienne MLC Formatrice en relaxation

Référencée DATADOCK

MARHFOUR IMANE

Kinésithérapeute Cadre

Le Coût de la formation est de 4000 DH par participant (incluant pause café et déjeuner).

Le nombre de places est limité. Les inscriptions seront validées dans l'ordre d'arrivée des inscriptions.

La formation dure 5 jours - Du 18 au 22 Février 2019.

CONTACT

Email: fc.fsts@um6ss.ma

Tél : 05 29 08 91 02

FSTS.UM6SS.MA



UNIVERSITÉ MOHAMMED VI
DES SCIENCES DE LA SANTÉ
CASABLANCA