



WWW.HYPNOSEAUVERGNE.FR

Formation Hypnose intégrative Dr Régis Dumas

10 au 14 Juillet 2023

En présentiel à l'Archipel Volcan



Dr Régis DUMAS : Responsable pédagogique

Médecin généraliste
Expert près la Cour d'Appel de Riom, en charge expertises médicales
Formateur Hypnose et Méditation Pleine conscience
Pratique médecine intégrative
Organisation du Forum CFHTB Clermont-Fd en 2017
Président de la CFHTB de janvier 2018 à janvier 2020
Secrétaire général de la CFHTB de janvier 2020 à janvier 2022

HAURA - Hypnose Auvergne-Rhône-Alpes

N° Siret : 840 134 522 00019 Code APE : 8559A

Numéro de déclaration d'activité : 84630508963 (ce numéro ne vaut pas agrément d'Etat)

21 rue de la Varenne - 63122 Ceyrat

Tel : 06 80 25 31 72 - Email : communication@hypnoseauvergne.fr



Formation Dr Régis Dumas

- Objectifs pédagogiques -

- Pratiquer en alternance et de manière complémentaire, Hypnose et auto hypnose , Pleine Conscience, Thérapies Activation de Conscience , Yoga , Qi Gong , Cohérence cardiaque, notions de magnétisme ...
- Entrer dans l'expérience de la complémentarité et du ressenti corporel
- Apprendre à pratiquer pour soi avec ce qui nous correspond le mieux
- Progresser dans sa confiance , son habileté relationnelle , son vécu et son intelligence émotionnelle
- Faire un travail personnel pour mieux être et oser
- Retrouver un chemin qui a du sens
- 1 heure de pratique du Qi gong du lundi au jeudi de 19h à 20h (facultatif)

- Pré requis - Public visé -

Professionnels de santé ayant déjà une pratique de l'hypnose et praticien en hypnose.

- Intervenant -

Dr Régis Dumas - Médecin généraliste
Formateur hypnose et Pleine Conscience - Mouvements Alternatifs
Hypnose intégrative (Qi-Gong, Yoga, Cohérence cardiaque, Magnétisme...).

- A l'issue de chaque session -

seront transmis des documents aux participants pour préciser et compléter la formation avec notes bibliographiques ainsi qu'une attestation de présence.

- Modalités d'évaluation -

- Exercices par 2, mise en situation, pré test et post test
- Au début de la formation : évaluation des acquis fonction de la pratique déjà effectuée dans des mises en situation
- Prise en compte les difficultés

- Accessibilité -

Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

- Durée de la formation -

20 heures sans supervision
23 heures avec supervision

- Coût -

450 euros + 50 euros avec la supervision

- Délai d'accès - 1 jour avant le démarrage de la formation

- Modalités d'inscription -

Les inscriptions pourront se faire en ligne via le site internet : www.hypnoseauvergne.fr ou en téléchargeant le bulletin d'inscription.
Contact inscriptions : Isabelle PREVOT
email : communication@hypnoseauvergne.fr -
Tel : 06 80 25 31 72

- Contact information pédagogique -

Dr Régis DUMAS :
contact@hypnoseauvergne.fr

Programme sur 5 matinées du Lundi 10 juillet au vendredi 14 juillet 2023 de 9h à 13h

LUNDI 10 JUILLET : RESSOURCES - ANCRAGE - PRÉSENCE ÊTRE LÀ

Séance Hypnose Ancrage
Hypnose : Principes et données neuro scientifiques
Nos ressources : Repérer vos forces , ressources et talents : 24 forces Seligman.
Se retrouver en son centre et dans son « étreté »
La présence : Corporelle ++. Pilote automatique
Portes énergie hypnose énergétique
Mandala de la réussite
Méditation Paix

MARDI 11 JUILLET : CORPS ET IDENTITÉ, MES LIMITES, MES FRONTIÈRES

Séance autohypnose pour mieux traverser le stress
Test de Stroop et utilisation pratique
Force de la suggestion et importance du langage.
Pacing and Leading
Mandala sur l'identité
Le jardin intérieur : observer, limites, réparer, solidifier

MERCREDI 12 JUILLET : CONFIANCE ET HABILITÉ SOCIALE

Espace de respiration avec Exercices à 2
Nanos induction puis séance Petite Pause
Séance 3 trésors en Démo puis exercice t à 2.
Confiance et habileté sociale
Séance Le vainqueur et étude Pr Cuddy
Pyramide de compétences
Analyse de pratiques, Intersession et Supervision si demandes

JEUDI 13 JUILLET : MAGNÉTISME ET RESSOURCES

ÊTRE et étreté
Marche méditative, massages et liens corporels
Posture de l'arbre
Espace de respiration
Météo intérieure
Magnétisme : Bases scientifiques et corps éthérique avec exercices
Cohérence cardiaques

VENDREDI 14 JUILLET : JE RESENS

- Ma direction, savoir dire non, me protéger, éviter le trop
Posture et Mudra « non crainte » : Savoir dire NON
Empathie bienveillance, amour altruiste : Détresse empathique
Approche des mouvements alternatifs et applications
Intelligence émotionnelle
Emotions : la roue des émotions
Dynamisation de l'eau
Séance : Apprendre à nous aimer Salut Maya

Informations pratiques

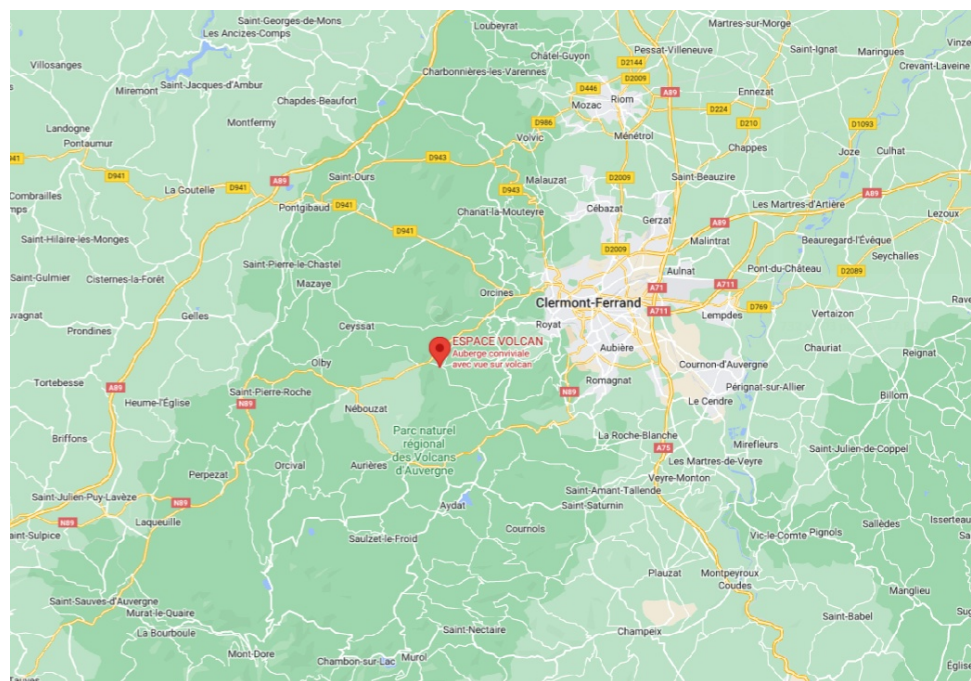
La formation se déroulera à

L'Archipel Volcan

19 Route de Clermont

à Laschamps

63122 Saint-Genès Champanelle



Liste des hébergements possibles jointe au programme.