



FORMATION PATRICK JOUHAUD  
7 rue Paul Savigny 87000 Limoges  
N° SIRET: 81790084800018  
[www.patrickjouhaud.f](http://www.patrickjouhaud.f)  
N° Formateur : 75 87 01525 87  
[www.patrickjouhaud.fr](http://www.patrickjouhaud.fr)

## EMBRYOSTEO – EVEILLEUR DE VIE

Mise à jour 06/2024

### DVOcoeur : Ouvrir son coeur

#### PRE-REQUIS

Entretien préalable avec l'enseignant

#### OBJECTIFS

- **Explorer** l'intéroception et la proprioception
- Apprendre à se **connaître** et à **reconnaître** ses réactions personnelles et/ou émotionnelles au cours et après un traitement
- **Développer** en conscience les expériences de rêves éveillés en méditant
- **Imaginer** la transe auto-induite

#### APTITUDE ET COMPETENCES

Compléter l'enseignement de tout thérapeute en évaluant sa propre connaissance de soi-même

#### DUREE

Quatre demi-journées ou 15 heures

#### DELAI D'ACCES

Ouverture des inscriptions 6 à 8 mois avant la date

Clôture des inscriptions lorsque le maximum d'inscrits est atteint (20)

Prise en charge PMR ou handicap

Tarifs : 150 euros TTC à la réservation au titre des frais

300 euros TTC à J-7 au titre des frais pédagogiques

Contact : [secretariat@embryosteo.fr](mailto:secretariat@embryosteo.fr)

#### METHODES MOBILISEES

- Ateliers « jeu de rôle » visant à explorer l'intéroception
- Ateliers destinés à distinguer et explorer sa proprioception.
- Travail sur soi – travail en binômes

#### MODALITES D'EVALUATION



FORMATION PATRICK JOUHAUD  
7 rue Paul Savigny 87000 Limoges  
N° SIRET: 81790084800018  
[www.patrickjouhaud.f](http://www.patrickjouhaud.f)  
N° Formateur : 75 87 01525 87  
[www.patrickjouhaud.fr](http://www.patrickjouhaud.fr)

Pas d'évaluation écrite

## LE PLAN DE LA FORMATION

**La formation se déroule avec une succession d'ateliers mettant en œuvre :**

- **Un travail de méditation**
- **Des séquences de travail individuel**
- **Des séquences de travail à deux**
- **Des séquences de travail en groupe**

**Chaque atelier est précédé d'une présentation et d'explications quant à ses objectifs et les modalités de son déroulement**

**Chaque atelier est suivi d'un temps d'échanges et d'un jeu de questions / réponses**

**Ils sont effectués en position assise, debout, allongée, en déplacement selon le thème.**

