

Espace Psycho-Santé

Résidence Floréal

141 avenue Jean Jaurès - AGEN

www.psycho-sante.fr



Psychologie, Biologie
Communication
Nutrition
Aromathérapie

FORMATIONS
2018-2019



JACQUES BOISLÈVE

Docteurat Pharmacie
DES Biologie Médicale
DU Alimentation Santé

Formations complémentaires :
psychologie et santé naturelle

Expérience : directeur de
laboratoire d'analyses médicales,
responsable scientifique d'une
gamme de produits naturels,
formateur en nutrition
et santé intégrative.



PASCALE SORIA

Docteurat Psychologie
DE Infirmière
DU TCC

Formations complémentaires :
psychothérapie intégrative

Expérience : infirmière,
psychologue clinicienne,
psychothérapeute,
superviseur,
enseignante en
psychologie et santé.

Nous avons créé l'**Espace Psycho-Santé à Agen**
pour proposer une approche globale et intégrative
de la psychologie et de la santé,
au service d'un **bien-être durable**.



Nos compétences

- ◆ Psychothérapies brèves
- ◆ Conseil expert et accompagnement en santé naturelle
- ◆ Bien-être et épanouissement personnel

Notre priorité

Une relation thérapeutique de qualité
pour une démarche de changement durable

Programme de formation 2018-2019

AROMATHÉRAPIE FAMILIALE

Une sélection de 10 huiles essentielles pour soigner nos maux du quotidien.

..... p. 4

ALIMENTATION SANTÉ

Les choix alimentaires qui améliorent la santé et la qualité de vie à tout âge.

..... p. 5

BIOLOGIE, PSYCHOLOGIE ET ÉVOLUTION

Entre science et traditions, une approche rigoureuse et ouverte sur notre nature humaine.

..... p. 6

ENNÉAGRAMME

Un modèle éclairant de la personnalité pour se connaître et mieux comprendre les autres.

..... p. 7

COMMUNICATION & RELATIONS

Acquérir un haut niveau de compétences relationnelles pour sa vie personnelle et sa pratique professionnelle.

..... p. 8

INFORMATIONS PRATIQUES

Renseignements
Réservations

..... p. 11

AROMATHÉRAPIE FAMILIALE

Les huiles essentielles sont un joyau de la santé naturelle. Elles ont une action biochimique validée par la science et une action plus subtile (olfactothérapie) observée par l'expérience. Plus d'une centaine sont disponibles. Chacune a de multiples propriétés parfois communes à plusieurs d'entre elles. C'est pourquoi il est difficile de s'y retrouver.

Cette formation a pour objectif de :

- Connaître les conditions et limites d'utilisation des huiles essentielles pour les employer en toute sécurité.
- Connaître et maîtriser une dizaine d'huiles essentielles pour répondre aux problèmes courants de la vie quotidienne.
- Savoir préparer un mélange simple pour répondre à une problématique spécifique (douleurs, brulûres, infections, troubles du sommeil, nervosité, problèmes cutanés, etc.).

4



Animation : Jacques Boislève

Durée : 1 jour

Dates : 10 /11/2018 ou 13/04/2019

Nb de participants : 5 à 15

Prix (autofinancement) : 90 €

Renseignements & Réservations :
voir page 11



ALIMENTATION - SANTÉ

La guerre idéologique des régimes alimentaires pour une santé optimale ne date pas d'hier et ne s'arrêtera pas demain.

Trop d'enjeu sans doute, et une compulsion chronique des nutritionnistes à préconiser quelque chose de nouveau !

Au final, entre les injonctions contradictoires, c'est la confusion qui sort gagnante.

Et pourtant, l'**Alimentation Santé** qui repose sur un consensus scientifique est simple ! Elle ne cesse de faire ses preuves, pour prévenir les maladies de civilisation et préparer la qualité du vieillissement. Elle s'adapte à chacun du fait que ses principes sont non contraignants.

Le contenu proposé s'appuie sur une **base scientifique** intégrant les travaux les plus récents et l'expérience des nutritionnistes dans une approche globale de santé, qui intègre la spécificité individuelle et la dimension psychologique.

Cette formation a pour objectif de :

- Connaître les grandes orientations de la nutrition qui améliorent la santé en toute circonstance.
- Savoir choisir les aliments les plus favorables.
- Organiser une alimentation santé souple, non contraignante, qui ne sacrifie ni le plaisir, ni la vie sociale.

Animation : Jacques Boislève

Durée : 1 jour

Date : 02/02/2019

Nb de participants : 5 à 15

Prix (autofinancement) : 90 €

Renseignements & Réservations :
voir page 11



BIOLOGIE, PSYCHOLOGIE & ÉVOLUTION DES ÊTRES VIVANTS

L'évolution des espèces jusqu'à l'être humain est un fait que plus personne ne peut contester aujourd'hui.

Les mécanismes de cette évolution font en revanche l'objet de théories divergentes qui reflètent plusieurs systèmes de pensées.

La **nature humaine** est souvent comprise de manière limitée par un système de croyance qui l'enferme dans son espace réducteur. Cette formation a pour objectif d'éclairer la nature humaine (biologique, psychologique et évolutive) en s'appuyant sur ce qui peut réconcilier la science et les traditions :

- La génétique et l'épigénétique
- La composante vibratoire des organismes vivants
- L'évolution des espèces
- Les champs d'information
- L'approche de la globalité par la théorie des systèmes.

Elle présente les trois pôles indissociables du vivant (**matière, énergie, information**) développés dans l'ouvrage "La Dynamique Triangulaire de la Vie".

Elle propose enfin d'identifier et de comprendre le fondement des grands systèmes de croyances philosophiques, afin d'établir des ponts qui réconcilient les différences et **favorisent la coopération** des complémentarités.



Animation : Jacques Boislève

Durée : 2 jours (1 WE)

Dates : 13-14/10/2018
ou 11-12/05/2019

Nb de participants : 5 à 15

Prix (autofinancement) : 220 €

Renseignements & Réservations :
voir page 11

ENNÉAGRAMME

Un modèle éclairant de connaissance de soi et de compréhension des autres. Un outil d'évolution.

L'ennéagramme, modèle ancestral et toujours actuel, décrit l'homme et son fonctionnement, suivant neuf grandes tendances, à partir desquelles se construisent toutes les personnalités.

Pour quoi faire ?

Se comprendre et mieux comprendre les autres

Grâce à l'ennéagramme, nous repérons et éclairons progressivement les différents aspects de notre personnalité, ainsi que nos motivations profondes.

L'ennéagramme n'est pas une typologie. Au-delà des comportements observables, il éclaire la construction de notre personnalité, nos motivations, nos valeurs, nos croyances, nos limitations et nos richesses, les rouages qui orientent nos actions...

Evoluer/changer

Nous découvrons également les moyens de transformer les limitations qui freinent nos aspirations. Conscient de ces freins, il devient possible de nous réaliser en nourrissant des relations de qualité, une communication consciente et éclairée.

Animation : Pascale Soria

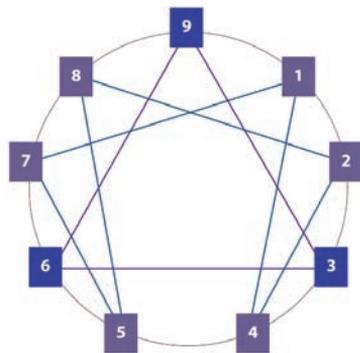
Formation de base : 4 jours (2 WE)

Dates 2018 : 29-30/09 et 27-28/10
ou 2019 : 23-24/02 et 30-31/03

Nb de participants : 8 à 14

Prix (autofinancement) : 450 €
750 € pour un couple

Renseignements & Réservations :
voir page 11



*Les **stages spécialisés** (approfondissement du modèle, ennéagramme et élixirs floraux) sont accessibles après avoir suivi la formation de base (4j).*

COMMUNICATION & RELATIONS

Cette formation est un apprentissage de la relation et de la communication humaine. Elle implique un engagement personnel.

Ses applications sont immédiatement fonctionnelles pour améliorer la qualité des relations dans tous les domaines de la vie, notamment :

- Vie personnelle (couple, relation parent-enfant, relations amicales...)
- Pratique thérapeutique
- Métiers de la relation d'aide
- Enseignement
- Vie professionnelle



Une base scientifique et universitaire avec une ouverture aux approches innovantes et aux pratiques orientées solutions ont permis de développer une formation exigeante pour la qualité des relations humaines.

Envisagée dans un objectif personnel ou professionnel, elle permet de développer un haut niveau de **compétence relationnelle**.

Elle favorise la **connaissance de soi, le bien-être et la confiance en soi** par l'acquisition de capacités, savoir-être et savoir-faire, avec soi-même et avec les autres.

Sa particularité et son originalité « intégrative », associe et unifie des outils performants venus de différents horizons théoriques et pratiques.

Nous choisissons cet axe de « **psychologie intégrative** » afin de ne pas nous enfermer dans une approche unique qui serait réductrice.

COMMUNICATION & RELATIONS

est un cycle de base qui permet une meilleure connaissance de soi et de l'autre. Il apporte des compétences en communication et favorise la qualité relationnelle.

Il se déroule sur 6 mois (6 week-ends) et conduit à une certification.

PROGRAMME DU CYCLE

- Établir et maintenir une qualité de relation dans la confiance.
- Comprendre notre réalité et la réalité de l'autre : origines et mécanismes de la singularité et de la subjectivité.
- Communication consciente et bienveillante.
- Atteindre ses objectifs : les clarifier, bien les poser et mettre en œuvre une démarche efficace pour les atteindre.
- Techniques d'amélioration : trouver en soi ou acquérir les ressources qui nous manquent pour résoudre un problème et/ou atteindre un objectif.

Bases de références : PNL, Approche Centrée sur la Personne, Communication Non Violente, Hypnose Éricksonienne, Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC)

Animation : Pascale Soria

Durée : 12 jours (6 WE)

Nb de participants : 6 à 12

Prix (autofinancement) : 1500 €

Dates : 12-13/01, 9-10/02, 9-10/03, 6-7/04, 4-5/05, 15-16/06

Renseignements & Réservations : voir page 11





**Nous proposons divers cadres de formation,
destinés au public à la recherche d'une meilleure qualité de vie
aux praticiens de la santé
et aux professionnels de la relation humaine.**

10

La formation est un moyen incomparable
d'acquérir son autonomie,
clarifier des informations parfois contradictoires
qui arrivent de toute part dans un monde hypermédiatisé,
ouvrir des portes sur des espaces nouveaux,
éclairer et aérer sa vie quotidienne,
conquérir davantage de liberté,
se professionnaliser, se développer...
sur un chemin de réalisation de soi.

La psychologie et la santé sont des domaines passionnants
que nous vous proposons de comprendre
et d'intégrer dans votre vie quotidienne,
que ce soit dans une démarche de développement
personnel et/ou professionnel.



Toutes les formations se déroulent à l'Espace Psycho-Santé, résidence Floréal, 141 avenue Jean Jaurès - AGEN

11

Pour tout renseignement complémentaire, pour réserver un stage :

- par courriel : info@psycho-sante.fr
- par téléphone :
JACQUES BOISLÈVE - 06 62 58 11 52
PASCALE SORIA - 06 80 32 78 30

Les informations actualisées sur nos activités : consultations individuelles, ateliers en groupes et formations, sont sur le site :

www.psycho-sante.fr

Une **démarche intégrative** réconcilie
les diverses approches de
santé et de psychologie
dans une globalité
corps/psychisme/environnement



La démarche intégrative permet
de choisir pour chaque personne
les solutions les mieux adaptées à sa situation,
en intégrant sa vie personnelle, familiale et sociale

Elle est un **chemin vers la santé**
telle que la définit l'OMS :
" un état de parfait bien-être
physique, psychique, et social "