

Une **EXCLUSIVITE** au CEAS,  
**Sophrologie et seniosimulation®**  
dans le cadre de la formation sur  
**les personnes âgées**

Pour dépasser les problématiques du vieillissement, les deuils et les renoncements, il est nécessaire de reconstruire des comportements, de créer de nouvelles habitudes et de repartir vers une nouvelle conception du temps. La sophrologie joue un rôle majeur dans le bien-être et le confort des personnes âgées.

### **Objectifs du stage « Sophrologie et personnes âgées » :**

- Connaître, comprendre les besoins de la personne âgée afin de tisser l'alliance nécessaire pour un accompagnement réussi.
- Acquérir des connaissances sur les pathologies les plus fréquentes dues au vieillissement.
- Développer le sens de l'observation et de l'analyse en vue d'un accompagnement au plus près des besoins de la personne âgée.
- Réfléchir au sens et aux pratiques à proposer



Une des caractéristiques des seniors est leur vieillissement physique, cognitif ou psychologique. Pour mieux les comprendre et adapter l'approche sophrologique, le CEAS vous propose de « vous mettre dans leur peau » à travers des outils de simulation. **En EXCLUSIVITE dans le monde de la formation en sophrologie, le CEAS s'équipe d'un moyen pédagogique totalement original :**

un costume permettant de vivre la **seniosimulation®**, c'est-à-dire la simulation des effets du vieillissement.



Une **EXCLUSIVITE** au CEAS,  
**Sophrologie et seniosimulation®**  
dans le cadre de la formation sur  
**les personnes âgées**

Une fois le costume endossé, il s'agit de mieux comprendre la perte de mobilité, d'expérimenter la dégradation de la vue et de l'audition. Et bien sûr dans le cadre de l'approche sophrologique, mieux développer **sa qualité empathique dans son accompagnement de la personne âgée.**

Pendant la durée de ce stage, sera proposé à chaque participant de vivre une pratique sophrologique, équipé du simulateur du vieillissement. Quels ressentis exprimés quand j'active une stimulation en Relaxation Dynamique, entravé par le costume ? Quelle émotion quand je dois me concentrer sur un geste ? Est-ce que je suis en mesure de fermer les yeux, enfermé dans un corps qui n'est plus secure ? Et bien d'autres expériences. **Une façon très concrète d'accéder au référentiel de l'autre.**

**Inscriptions ouvertes** sur <http://www.sophrologie-ceas.org/course/public-specifique/les-personnes-agees-approche-generale-et-sommeil/>  
Attention le nombre de places est limité à 15.