yoga
schweiz suisse svizzera

Yoga thérapie en théorie et en pratique

Atelier de printemps avec Dr. Gisela Stauber

Pendant l'atelier de printemps, Gisela Stauber nous fera découvrir la yoga thérapie en tant que méthode thérapeutique complémentaire. Le/la thérapeute complémentaire avec diplôme fédéral est une profession reconnue par l'État, qui complète et soutient de manière précieuse les offres existantes dans le domaine de la santé. Des exercices et des techniques de yoga appropriés permettent de déclencher durablement et activement des processus de guérison. Le dialogue, la relation thérapeutique de confiance et les ressources individuelles sont au cœur de cette démarche. Le ou la thérapeute s'oriente vers les objectifs personnels du ou de la client(e) et développe avec lui/elle une pratique de yoga à pratiquer régulièrement, qui sera évaluée et développée au cours du processus thérapeutique. La Yoga thérapie, en tant que méthode thérapeutique complémentaire, soutient l'efficacité personnelle et les facteurs de résilience. La compétence de rétablissement est ainsi favorisée et la qualité de vie est encouragée. Gisela Stauber transmet dans une partie théorique les bases, la structure de formation et de processus de la yoga thérapie. A l'aide d'un exemple de cas, elle montre comment la thérapie complémentaire agit et comment elle peut être utilisée de manière ciblée. Pendant la partie pratique sous forme d'atelier et d'une courte séquence de yoga, il y a de la place pour l'expérience personnelle.

Programme

Bienvenue de Chai	09 h 15
Assemblée Générale	09 h 30
Cérémonie de remise des diplômes et déjeuner	11 h 15
Atelier de printemps avec Gisela Stauber	13 h 30
Fin de l'événement	15 h 30

Date

Samedi le 16 mars 2024
«Halle 7», dans le Gundeldingerfeld
Dornacherstrasse 192
4053 Bâle

Inscription

yoga.ch/fr/events/assemblee-generale-2024
Calendrier de Yoga Suisse Inscriptions dans l'ordre suivant Ordre d'arrivée

Yoga Schweiz Suisse Svizzera | Aarbergergasse 21 | CH – 3011 Bern | +41 31 311 07 17 | info@yoga.ch