

## Formation réservée au secteur de la petite enfance - Techniques antistress corporelles

 6 h  Gratuit

### Public

Secteur Petite Enfance 0-3 ans

### Prérequis

Aucun

### Objectifs

Cette formation vise à vaincre le stress grâce à des techniques antistress corporelles

- Quelles sont les techniques corporelles qui vont me rebooster,
- Les 4 piliers de ressourcement.
- Les bienfaits de la respiration, de la cohérence cardiaque, de l'olfactothérapie.
- Créer son huile de massage antistress,
- Automassage des point spécifiques antistress et anti-fatigue.
- Stretching, étirement des méridiens.
- Approche de la pleine conscience

### Informations pratiques

#### > Droit d'inscription

Pas de droit de participation mais inscription obligatoire.

#### > Horaires

 Villers-Le-Bouillet

- > Le 12 décembre 2023  
de 9h à 16h

#### > Certificat - Attestation

Une attestation de participation vous sera remise en fin de formation

# Formation réservée au secteur de la petite enfance - Techniques antistress corporelles - COMPLET (inscription sur liste d'attente) Le mercredi 27 octobre 2021, Villers-le-Bouillet

## Organisation

Le nombre de participants est limité à 12 personnes.

Le coût des boissons et repas éventuels n'est pas compris.

## Renseignements

Tél.: 085/27.14.10

Mail: [formation.continue.villers@centreifapme.be](mailto:formation.continue.villers@centreifapme.be)

€ Pas de droits d'inscription

 **Dates de formation**  
COMPLET (inscription sur liste d'attente) Le mercredi 27 octobre 2021

**Horaire**  
de 9h à 16h

 **Site de Villers-Le-Bouillet**

Waremme 101  
4530 Villers Le Bouillet  
Belgique

[Inscription-Villers@centreifapme.be](mailto:Inscription-Villers@centreifapme.be)

[085/27.14.10](tel:085/27.14.10)

## Formateur

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et accoucheuse spécialisée en énergétique chinoise et en prévention santé.

# Formation réservée au secteur de la petite enfance - Techniques antistress corporelles - Le mercredi 15 décembre 2021, Villers-le-Bouillet

## Organisation

Le nombre de participants est limité à 12 personnes.

Le coût des boissons et repas éventuels n'est pas compris.

## Renseignements

par mail à [formation.continue.villers@centreifapme.be](mailto:formation.continue.villers@centreifapme.be) ou par téléphone au 085/27.14.10

€ Pas de droits d'inscription

 **Dates de formation**  
Le mercredi 15 décembre 2021

**Horaire**  
de 9h à 16h

 **Site de Villers-Le-Bouillet**

Waremmes 101  
4530 Villers Le Bouillet  
Belgique

[Inscription-Villers@centreifapme.be](mailto:Inscription-Villers@centreifapme.be)

[085/27.14.10](tel:085271410)

## Formateur

Patricia Houbar, infirmière pédiatrique et accoucheuse spécialisée en énergétique chinoise et en prévention santé.

# Formation réservée au secteur de la petite enfance - Techniques antistress corporelles - COMPLET Le mercredi 23 novembre 2022, Villers-Le-Bouillet

## Organisation

July Paulus : 085/27.14.10 ou fc-vb@centreifapme.be

€ Pas de droits d'inscription

 **Dates de formation**  
COMPLET Le mercredi 23 novembre 2022

**Horaire**  
de 9h à 16h

 **Site de Villers-Le-Bouillet**

Waremme 101  
4530 Villers Le Bouillet  
Belgique

Inscription-Villers@centreifapme.be

085/27.14.10

**Formateur**  
Patricia HOUBAR

# Formation réservée au secteur de la petite enfance - Techniques antistress corporelles - COMPLET Le mercredi 30 novembre 2022, Villers-Le-Bouillet

## Organisation

July Paulus : 085/27.14.10 ou fc-vb@centreifapme.be

€ Pas de droits d'inscription

 **Dates de formation**  
COMPLET Le mercredi 30 novembre 2022

**Horaire**  
de 9h à 16h

 **Site de Villers-Le-Bouillet**

Waremme 101  
4530 Villers Le Bouillet  
Belgique

Inscription-Villers@centreifapme.be

085/27.14.10

**Formateur**

Madame Patricia HOUBAR

# Formation réservée au secteur de la petite enfance - Techniques antistress corporelles - COMPLET Le mardi 12 décembre 2023, Villers-Le-Bouillet

## Organisation

LUTEN Géraldine 085/27.13.44 ou [fc-vb@centreifapme.be](mailto:fc-vb@centreifapme.be)

€ Pas de droits d'inscription

 **Dates de formation**  
COMPLET Le mardi 12 décembre 2023

**Horaire**  
de 9h à 16h

 **Site de Villers-Le-Bouillet**

Waremme 101  
4530 Villers Le Bouillet  
Belgique

[Inscription-Villers@centreifapme.be](mailto:Inscription-Villers@centreifapme.be)

[085/27.14.10](tel:085271410)

### Formateur

Madame Patricia HOUBAR