

Formation de Coach en Cohérence cardiaque – 4 jours

*Une formation créée et lancée dans le contexte du réseau de Coachs en Cohérence Cardiaque
Nerva.coach*

Vous souhaitez accompagner des personnes à mieux gérer le stress grâce à la Cohérence Cardiaque ?

L'approche de la cohérence cardiaque est une méthode scientifiquement fondée pour réduire le stress intérieur. C'est une technique simple et efficace qui prend peu de temps à pratiquer. Les résultats sont visibles et mesurables grâce à du matériel de biofeedback.

Objectif

La formation vise à initier et outiller le.la candidat.e coach en cohérence cardiaque à pouvoir accompagner des client.e.s dans l'apprentissage de la cohérence cardiaque; et ceci dans une relation 1:1.

La formation fournit tout le background nécessaire pour le.la candidat.e coach pour bien comprendre le phénomène du stress, le fonctionnement physiologique, physique, émotionnel et mental ainsi que le contexte plus scientifique de la cohérence cardiaque. Elle est construite de telle façon que le.la participant.e saura accompagner de façon optimale ses futur.e.s client.e.s à travers les quatre étapes de l'apprentissage de la cohérence cardiaque et ceci également avec l'utilisation du matériel de biofeedback.

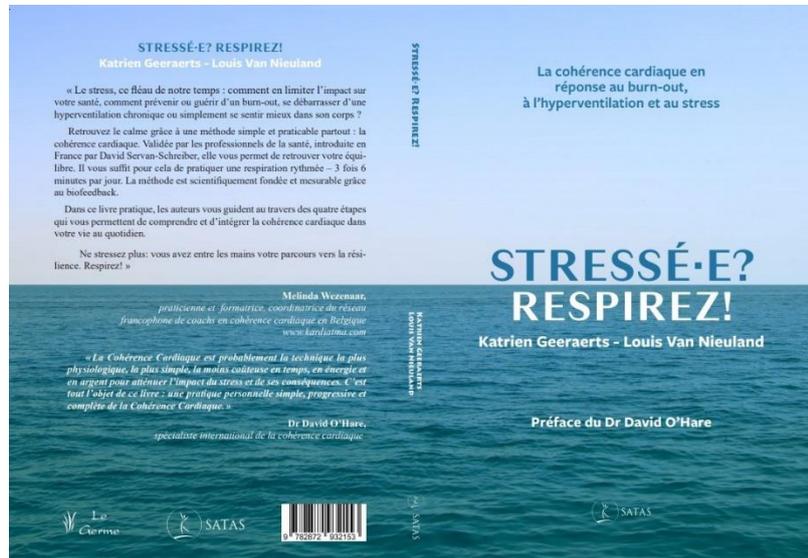
Cette formation se fera en **4 jours** espacés dans le temps avec des **exercices à prester entre les journées**. Notre devise : **ce que vous demandez à votre client, vous le faites vous-même** dans le cadre de la formation.

La formation a déjà fait ses preuves en Flandre

Louis van Nieuland, co-auteur du livre « Stressé.e ? Respirez ! La cohérence cardiaque en réponse au burn-out, à l'hyperventilation et au stress » (publication originale en néerlandais « Blijven Ademen ») a déjà dispensé de nombreuses formations de coaching en cohérence cardiaque en néerlandais en Belgique. Il a élaboré l'actuel parcours de formation à la cohérence cardiaque en quatre étapes.

Fruit de ce travail, il a créé le **réseau de coachs en cohérence cardiaque Nerva** dont près de 100 coachs en Belgique font partie : nerva.coach.be.

Avec la sortie du livre en français, nous lançons à présent ses formations aussi en français pour la Belgique francophone, à commencer par Bruxelles.



Groupe cible

Paramédicaux, médecins, professionnels de la santé, thérapeutes, psychologues, psychothérapeutes, coachs, cadres, responsables GRH, profs et enseignants.

Si vous ne vous retrouvez pas dans ces profils, vous pouvez écrire un mail de motivation à louvanie@hotmail.com et melinda.wezenaar@kardiatma.com. L'équipe de formateurs appréciera ensuite si ce cours vous conviendra ou vous recommandera d'autres types de formations.

Equipe de formateurs



Louis Van Nieuland est fondateur du cabinet Louvanie. Outre sa formation paramédicale et sa vaste expérience en gestion dans le secteur à but non lucratif, il est un coach-formateur enthousiaste. Ses connaissances en matière de gestion du stress, de médiation, de gestion des conflits et surtout d'écoute active impartiale sont les pierres angulaires de son métier.

Le cabinet Louvanie existe depuis plus de 10 ans et depuis 2012 Louis propose également des consultations en cohérence cardiaque à l'hôpital AZ Rivierenland Klein Brabant. De cette collaboration avec les médecins et les paramédicaux, le centre de gestion du stress Revida est finalement créé.

Louis a développé la méthode de l'apprentissage de la cohérence cardiaque en 4 étapes, qu'il a explicitée en 2017 dans son livre « Blijven Ademen », co-écrit avec Katrien Geeraerts (publié en français en 2020). Il a créé la formation pour accompagnants et coachs en cohérence cardiaque et forme ainsi des professionnels à l'accompagnement de la cohérence cardiaque depuis 2011. Louis a

mis en place le réseau des coachs en cohérence cardiaque en Belgique et coordonne la branche néerlandophone : www.nerva.coach.



Melinda Wezenaar est fondatrice de Kardiatma (www.kardiatma.com), formatrice, facilitatrice et coach experte dans la gestion du stress et du burn-out. Avec 25 ans d'expérience dans la formation et l'animation de groupes dans le cadre de la coopération internationale, Melinda connaît bien la dynamique de groupe dans divers contextes, cultures et types d'organisations.

En tant que membre active du réseau des coachs en cohérence cardiaque Nerva, Melinda coordonne l'extension du réseau, bien représenté en Flandre, à la Belgique francophone. Melinda a également initié et facilité l'édition française du best-seller de Louis Van Nieuland et Katrien Geeraerts sur la cohérence cardiaque (publiée en français en octobre 2020) : « Stressé.e ? Respirez ! La cohérence cardiaque comme réponse au burn-out, à l'hyperventilation et au stress ». Il s'agit à présent de lancer des formations de coachs et accompagnants en cohérence cardiaque pour qu'elle soit disponible pour la Belgique francophone. Melinda coordonne et donne ces formations en français avec Louis.

Dates

Le 18 mars 2022

Le 25 mars 2022

Le 28 avril 2022

Le 21 mai 2022

Horaire: 9h30 – 16h30

Lieu de formation

A Bruxelles, dans un endroit calme, aux abords du parc de Woluwe, se trouve l'ancien couvent Chants d'Oiseau. Désormais centre de formation, ce lieu agréable et calme est accessible en transport en commun mais également en voiture (parking).

Centre de formation Chant d'Oiseau

Avenue des Franciscains, 3A B-1150 Bruxelles (Woluwe St-Pierre)

<http://www.chant-oiseau.be/language/fr/>

Programme détaillé, prix et modalités

Visitez le site de l'organisation coordinatrice : <https://www.kardiatma.com/formation-de-coach>

Nb, pour les coachs NERVA qui souhaitent suivre la formation en français, une réduction de 30% sera appliquée (non cumulable avec d'éventuelles réductions de « early bird »).

Pour toutes les infos : <https://www.kardiatma.com/formation-de-coach>