



Comment apaiser rapidement les inconforts physiques et émotionnels des patients ? Un outil : l'EFT ou Emotional Freedom Technique

Le mardi 14 octobre 2025, de 9h à 16h

Objectifs de la formation

Apprenez l'EFT, votre clé vers une thérapie émotionnelle rapide et autonome !

Une méthode simple et efficace, scientifiquement reconnue, pour soulager, rapidement et en toute autonomie, les inconforts physiques et émotionnels des patients. En tapotant certains points d'acupuncture précis tout en étant en contact avec un problème spécifique (douleurs, stress, émotionnel ...), cette stimulation envoie un signal de détente au cerveau et au corps, apportant calme et désensibilisation de la mémoire problématique ou traumatique.

Contenu

- Découvrir et expérimenter les bases de l'EFT
- Déprogrammer l'inversion psychologique, épi-cure émotionnelle
- Savoir comment stimuler les points de tapping (tapotement)
- Exercer les points de tapping en correspondance avec les émotions
- Pratiquer sur soi-même pour gérer son stress et ses émotions
- Contenir et calmer la charge émotionnelle d'une autre personne

La technique vous permettra d'accompagner des patients (ou clients) en douceur, sans abréactions, quelle que soit la problématique de stress apportée, de les aider dans la résolution d'événements émotionnels et de leur procurer une aide efficace, tout en permettant de rééquilibrer l'énergie dans le corps.

Méthodologie

L'EFT est une technique de libération émotionnelle, qui implique de tapoter doucement sur des points d'acupuncture tout en se concentrant sur un problème émotionnel spécifique. Après avoir découvert les bases de l'EFT clinique, nous ferons nos premiers pas vers la mise en application pratique directe de la méthode sur soi et sur l'autre.

Public cible

Cette formation s'adresse aux professionnels de la santé du corps, de la santé de l'esprit, de la relation d'aide et du bien-être, ainsi qu'à toute personne sans bases médicales curieuse souhaitant découvrir l'EFT pour la gestion de son propre stress et de ses émotions. Elle s'adresse également aux personnes intéressées par un mieux-être, leur permettant de cheminer sur leur propre développement personnel.

Matériel

Tenue confortable et une bouteille d'eau

Formatrice

Virginie Klou, Kinésologue agréée depuis 18 ans, Formatrice en école de Kinésologie, Thérapeute psycho-corporelle et énergétique, Maître-assistant à la HELHa.

Lieu et adresse de la formation :

Centre de Dépassement et de Plein Air de Saint-Vaast
Rue Omer Thiriar, 232 - 7100 La Louvière

Renseignements :

secretariat-ceref-sante@helha.be - 0477/ 563.257

Inscriptions uniquement en ligne :

<https://ceref-sante.helha.be/>

Date limite d'inscription : 30 septembre 2025

Prix : 120 EUR* Min.12 / Max. 16 participants

*Les pauses-café et une petite restauration sont comprises dans les frais d'inscription.