



# Maintenir son propre équilibre en psychiatrie : outils et stratégies pour les professionnels de la santé mentale

Le 8 avril 2026, de 8h30 à 16h40

## Pré-programme de la journée

8h30-9h00	Accueil
9h00- 9h15	Mot de bienvenue - <b>C.Geulette</b> -Coordinatrice CeREF Santé
9h15-10h30	La fenêtre de tolérance aux émotions" (Daniel Siegel) : <b>Yasmina Choua</b> - psychologue clinicienne
10h30-10h45	Pause
10h45-11h30	Le lien comme base de sécurité : <b>Yasmina Choua</b> - psychologue clinicienne
11h30-12h40	Comprendre les Traumatismes et les Modèles Internes opérants pour réguler nos émotions : <b>Raphaël Gazon</b> - Psychologue clinicien et psychothérapeute cognitivo-comportementaliste, directeur du Centre PEPS-E et psychothérapeute Praticien certifié et formateur en Psychothérapie Sensorimotrice®
12h40-13h30	Pause du midi
13h30-15h	Atelier 1 : Kintsugi animé par <b>Madame Samira Bourhaba</b> - psychologue, directrice et intervenante au sein du service Kaléidos - Céramiste Ateliers 2 : La thérapie sensorimotrice animé par Monsieur <b>Raphaël Gazon</b> et <b>Madame Yasmina Choua</b>
15h-16h30	Atelier 1 : Kintsugi - <b>Samira Bourhaba</b> Ateliers 2 : La thérapie sensorimotrice - <b>Raphaël Gazon</b> et <b>Yasmina Choua</b>
16h30-16h40	Conclusion et mot de la fin

### Lieu et adresse de la formation :

HELHa - Tournai  
Rue Frinoise, 12, 7500 Tournai

### Renseignements :

Email : [secretariat-ceref-sante@helha.be](mailto:secretariat-ceref-sante@helha.be)  
0477/ 563.257

### Inscriptions uniquement en ligne :

<https://cerfsante.helha.be/>

**Date limite d'inscription** : le 25 mars 2026

**Prix** : 120 EUR\*

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