



EmotionAid™

Accompagnement à la prévention émotionnelle

URGENCE ! Apprendre à agir vite en contrôle de soi,
pour soi et pour les autres.

Programme :

- les risques et les évènements d'urgence,
- les enjeux humains, en entreprise, en collectivité, à titre personnel,
- les échelle de stress,
- le vortex traumatique / vortex de guérison,
- le langage des sensations,
- les ressources et le SIBAM, les 5 canaux de l'expérience humaine,
- l'activation et haute activation globale (le hors contrôle),
- l'ancrage et la décharge du Système Nerveux Autonome,
- les 5 étapes d'EmotionAid,
- processus basique,
- les limites,
- le trauma collectif.

Mise en pratique :

- exercice 1 : se familiariser avec le langage du ressenti
- exercice 2 : retracer et interroger les sensations
- exercice 3 : comment s'ancrer / décharger et accompagner

DUREE

1 À 3 JOURS

TARIF

**FORFAIT +
DÉPLACEMENT**

PUBLIC

**PROFESSIONNELS
SOU MIS AUX
RISQUES ET AUX
RESPONSABILITÉS**

POUR ALLER
PLUS LOIN

Séminaires



Intervenante : SANDRINE BINARD

Diplômée de l'école doctorale des sciences de l'homme et de la société
Ingénieure en aménagement du territoire, urbaniste OPQU

Thérapeute psychocorporelle *Somatic Experiencing* & théorie polyvagale des émotions, aide à la résolution des traumatismes, certificat ID n°FR41803
Facilitatrice *EmotioAid (R)*, The international trauma healing institute.

Contact : 06 33 10 15 71 | binard.sandrine@gmail.com

MIEUX SE CONNAITRE
MIEUX AGIR

Performance des Equipes

Ateliers / séminaires

Document destiné à :

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Trauma Pro



06 33 10 15 71

binard.sandrine@gmail.com

N° SIREN : 481608552 - NAF : 7220Z - Occitanie - France - E.I.