

Cette rencontre s'adresse aux sophrologues et à toutes personnes intéressées par cette thématique, ainsi qu'aux professionnels des domaines médicaux et sociaux.

BIBLIOGRAPHIE:

Apprendre à manger en conscience avec la sophrologie (livre + CD)
Docteur Marie-André Auquier – éd. Ellébore, 2016

Sophrologie & gestion du poids - Alimentation santé, alimentation plaisir
Dr. Marie-Andrée Auquier – éd. Ellébore, 2015

Le charme discret de l'intestin Giulia Enders – éd. Actes Sud, 2015

Sophrologie et alimentation - Le bien-être de chacun au quotidien (livre + CD)
L. Lhommedet et D. Erhmann-Archambaud – ed. Anagramme, 2010

INSCRIPTION

- 75€ pour les non-adhérents
- 55€ pour les adhérents ONS

Le bulletin d'inscription est à télécharger à partir de notre site depuis le menu « colloque » : www.observatoire-sophrologie.fr

Observatoire national de la sophrologie

Association loi de 1901, reconnue d'intérêt général
contact@observatoire-sophrologie.fr

www.observatoire-sophrologie.fr

Retrouvez-nous également sur facebook

La Sophrologie au quotidien



Colloque ONS

LA SOPHROLOGIE DANS NOS ASSIETTES

L'alimentation au cœur des débats éthique, sociaux et comportementaux

PARIS - 18 juin 2016

Sophrologues, médecin nutritionniste, sociologue, aborderont l'évolution des comportements alimentaires collectifs et individuels et les réponses à y apporter en cabinet ou en équipe pluridisciplinaire.



PROGRAMME DE LA JOURNÉE

Accueil des participants à partir de 8h30 autour d'un café gourmand

09h30 – 09h40 : **Géraldine Haegeli**, Sophrologue, présidente de l'ONS, présente l'ONS, les commissions et le déroulement de la journée.

09h 40 – 10h15 : Intervention du sociologue **Yves Patte**, coach sportif, crossfit et coach alimentaire :
L'alimentation au cœur du biologique, du psychologique et du social.

10h15 – 11h : **Marie-Andrée Auquier**, médecin nutritionniste et sophrologue
*Pourquoi consulte-t-on un médecin nutritionniste sophrologue ?
En quoi la sophrologie nous aide-t-elle à prendre conscience de ce que nous mangeons et comment nous le mangeons?*

11h00 – 11h15 : Pause et dédicace de livres

11 h 15 – 11 h 30 : **Pratique de sophrologie plaisir des sens**

11 h 30 – 12h 00 : **Laurence Lhommedet**, sophrologue
Son expérience dans le domaine de la nutrition, l'évolution de la demande. Présentation d'un protocole.

12h – 12h 45 : **Anne-Laure Mahé**, sophrologue
Présentation d'une approche pluridisciplinaire. Mise en place d'une équipe pluridisciplinaire et limite du sophrologue dans le cadre d'une approche plus complexe (anorexie ou boulimie).

12h45 – 14h Déjeuner libre

LES ATELIERS

Pistes de réflexions communes. Echanges d'expériences, de protocoles, d'outils dans un temps de partage bienveillant et enrichissant.

3 fois 3 Ateliers :

14 h à 14 h 40

14 h 50 à 15 h 30

Pause, ventes et dédicaces de livres

15 h 45 à 16 h 25

Karine Magnette, sophrologue :
Enfants et adolescents : L'acceptation de son corps par rapport à la mode, au regard de l'autre, des réseaux sociaux et médias.

Anne Laure Mahé, sophrologue :
Le plaisir, l'équilibre et l'estime de soi.

Marie-Andrée Auquier, médecin nutritionniste et sophrologue :
Les troubles du comportement alimentaire.

16 h 30 – 16 h 45 : Conclusion

LIEU

Espace Moncassin

164 rue de Javel - Paris 15^{ème}
M° ligne 8 Félix Faure ou Boucicaut
M° ligne 12 Convention