

# SZELAG FORMATIONS

3 chemin DE LA COUR DU BOIS  
44270 Machecoul  
Email: szelagsonia@gmail.com  
Tel: 0620783736



SZELAG FORMATIONS

*Au Service Du Bien Etre de la Personne*



SZELAG FORMATIONS

*Au Service Du Bien Etre de la Personne*

3 chemin DE LA COUR DU BOIS  
Machecoul  
44270  
szelagsonia@gmail.com  
0620783736

## La pratique des mantras niv 1

*comprendre la pratique des mantras niv 1*

**Durée:** 3.00 heures (1.00 jours)

### Profils des stagiaires

- toute personne désireuse d'accéder à la pratique des mantras

les personnes en situation de handicap peuvent me contacter

### Prérequis

- entretien téléphonique

### Objectifs pédagogiques

- comprendre les mantras de base
- pouvoir créer ses mantras
- se préparer à chanter des mantras
- chanter trois mantras

### Contenu de la formation

- Introduction
- Questionnaire de positionnement
- Qu'est ce qu'un mantra?
- La PRATIQUE DES MANTRAS
- DIFFERENTES APPROCHES
- CREER VOTRE MANTRA
- MANTRA DE GUERISON
- MALLENTA DE CONNEXION SPIRITUELLE

SZELAG FORMATIONS | 3 chemin DE LA COUR DU BOIS Machecoul 44270 | Numéro SIRET: 35209025200037 | Numéro de déclaration d'activité: 52440861644 (auprès du préfet de région de: PAYS DE LOIRE)

# SZELAG FORMATIONS

3 chemin DE LA COUR DU BOIS

44270 Machecoul

Email: szelagsonia@gmail.com

Tel: 0620783736



SZELAG FORMATIONS

*Au Service Du Bien Etre de la Personne*

- MISE EN VOIX POUR SE PREPARER A CHANTER LES MANTRAS
- CONCLUSION

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Sonia Szelag , Formatrice depuis 2008 , dans le domaine de la sante , du social , de l' éducatif .

Sonia Szelag a eu le plaisir de former plus de 250 apprenants depuis 2008.

Actuellement , pour 2023 , 20 apprenants ont pu profiter de nos formations.

A ce jour , et depuis le début de nos prestations , aucun apprenants n'a abandonné son cursus.

Thérapeute , musicothérapeute diplômée , art-thérapeute certifiée , sonothérapeute certifiée , aromathérapeute et naturopathe certifiée

Chef de chœur depuis 1998

Expériences professionnelles dans le domaine medico-socio-éducatif de 1981 à 2015.

Expérience dans le milieu du handicap et de la gérontologie de 2001 à ce jour.

Référente Handicap

Numéro Déclaration d'Activité:52440861644

### Moyens pédagogiques et techniques

- textes, vidéos, enregistrements salle de formation , instruments de musique à disposition

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Quiz et enregistrement en distanciel mise ne pratique en présentiel

être capable de créer et de chanter 3 mantras

180.00

180.00

35209025200037

52440861644