

Animateur - Yoga du rire

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

AUTONOMIA
Sarah ANDRÉ
03.89.70.11.46
administration@autonomia-france.com

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Entretien

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

Aucune

Prérequis pédagogiques :

Aucun

Contrat de
professionnalisation
possible ?

Non

Objectif de la formation

• Connaître le concept de yoga du rire anti stress, ses exercices de base et ses outils. • Être en capacité d'animer des groupes de personnes selon la méthode du Dr Kataria. • Savoir utiliser les exercices et en créer de nouveaux pour des publics variés.

Contenu et modalités d'organisation

Jour 1 : • Introduction à la méthode • Explication et initiation pratique • Historique de la méthode et son concept • Les bienfaits du rire • Le rôle et la posture de l'animateur • Mise en situation • Évaluation orale Jour 2 : • Retour d'expériences • Exercices ludiques • Les 3 meilleures respirations • Mise en situation • Relaxation et méditation par le rire • Les bases pratiques pour démarrer un 14e activité • Évaluations et échanges

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné**

Validation(s) Visée(s)

> **Attestation de fin de formation**

Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00509715	du 22/03/2025 au 23/03/2025	Bordeaux (33)	AUTONOMIA		Non éligible	
00509717	du 18/10/2025 au 19/10/2025	Bordeaux (33)	AUTONOMIA		Non éligible	