



Congrès 2021

en visio

samedi 15 mai



A situation particulière, **Congrès particulier et exceptionnel.**

Nous vous proposons l'opportunité de profiter de diverses interventions : des formateurs de l'Allemagne et des témoignages d'études en cours réalisée en France.

CONGRES 2021

le 15/05/2021 en visio

-> Je m'inscris au Congrès

9h30		Accueil
9h40		Aurore sonore
10h	Docteur Uwe Ross	Neurobiologie et massage sonore : mise en lumière des découvertes neurobiologiques sur la réaction de relaxation, ...
12h		
		Pause repas
13h15		accueil
13h30	Peter Gabis	Cultiver l'esprit conscient (la pleine conscience) avec les sons
14h30		Conférence du Congrès européen traduite en direct
14h45		Courts échanges
14h50		accueil : présentation de 2 études en cours
15h	Yves Heynen, Sylvie Rive	Méthode Peter Hess dans le Traitement des Insomnies et de l'anxiété
15h30	Raphael Cornet	Méthode Peter Hess en cardiologie
15h50		accueil
16h	Thilo Hinterberger	Une observation scientifique dans les sphères de la conscience
17h		Conférence du Congrès européen traduite en direct
17h15		Courts échanges
17h30		Conclusion : échange d'impression, crépuscule sonore, ...

(Descriptif des interventions en fin de ce courriel)

En pratique, pour participer, il faut **s'inscrire avant lundi 10 mai 2021** :

- Coût :
 - o Adhérents à la FFPPH : gratuit
 - o Non-adhérents à la FFPPH : 15€
- Une inscription unique pour toutes les interventions, même si vous pensez n'en suivre que certaines.

Si vous êtes intéressé(e), merci de compléter le formulaire en cliquant sur le lien :

→ [Je m'inscris au Congrès](#)

Dans l'attente de se retrouver, nous vous disons « A très bientôt »

Le Président, Antoine Bécot

Dr. Med. Uwe H. Ross

L'augmentation des maladies comme les acouphènes décompensés, les troubles du sommeil, le burnout, l'anxiété, la dépression, dans lesquelles le stress est au moins considéré comme un cofacteur peut être vue comme le signe d'un déséquilibre entre les phases de tension et de détente dans les sociétés occidentales civilisées et informatisées. Malgré sa large application dans la gestion et la thérapie du stress, la compréhension du mode d'action, les dimensions expérimentales et les utilisations possibles de la relaxation sont encore incomplètes.

Comment la neuro-psychobiologie actualisée permet une compréhension plus profonde de la « Relaxation » et éclaire par l'expérience l'importance de la relaxation par rapport à l'autorégulation favorable à la santé ?

Je propose un récapitulatif de la recherche sur la relaxation, une mise en lumière des découvertes neurobiologiques sur la réaction de relaxation, une synthèse des méthodes de relaxation courantes et une explication des liens entre l'interoception (domaine de la sensibilité concernant la perception par le système nerveux des modifications ou des signaux du corps physique) et la relaxation à l'aide du massage sonore.

Peter Gabis

Cultiver l'esprit conscient (la pleine conscience) avec les sons

De nombreuses recherches scientifiques portent actuellement sur les effets positifs de la pleine conscience, ouvrant un vaste champ dans lequel la science et la spiritualité se rencontrent. Cette conférence explique les idées de base de la pratique de la pleine conscience et de la méditation, qui trouvent leur origine principalement dans l'enseignement bouddhiste.

Le lien entre l'écoute et le son est évident ; travailler avec le son est intrinsèquement caractérisé par un haut degré de pleine conscience. Les sons nous amènent à prendre rapidement conscience de notre présente ici et maintenant, ce qui nous aide, par exemple, à être plus présents dans le massage sonore. Ainsi, les sons des bols chantants et des gongs sont très bien adaptés pour soutenir la pratique de la pleine conscience et de la méditation. Des recherches scientifiques et philosophiques font également partie de la conférence, tout comme quelques exercices pratiques simples.

Prof. Dr. rer. nat. Thilo Hinterberger

Plongez-vous dans les sphères de la conscience à travers les sons - une observation scientifique.

Les sons sont capables de nous conduire dans des états de conscience profonds et extraordinaires à travers lesquels nous pouvons acquérir des informations précieuses. Ils touchent notre être profond d'une manière qui n'est souvent pas possible à travers d'autres canaux sensoriels.

Mais quand cela arrive-t-il ?

Quel type de son ou de musique est particulièrement adapté à cela ?

Et pouvons-nous au moins partiellement comprendre pourquoi il en est ainsi ?

Dans un synopsis de la neuropsychologie, de la psycho-acoustique et des sciences de la conscience, nous plongerons dans certaines des découvertes faites sur ces questions.

Il parlera également sur le thème "Vivre la vie par le son" avec des extraits de musique végétale.