



harmonesis

Découvrir l'EMDR

L'essentiel de la formation EMDR

Tout ce qu'il faut retenir, en un coup d'œil — avant d'entrer dans le détail.



6 jours

de stage intensif, 100 % en présentiel

2 niveaux

progressifs : fondamentaux, puis adaptation

148 h

de parcours : 48 h en présentiel + 100h
Mise en Situation Professionnelle

10 max

stagiaires par classe, pour un vrai suivi

2 500 €

prix total — étalement possible en 5 × 500 €

Certification

de praticien EMDR délivrée à l'issue

Ouverte à tous, sans prérequis médical · Horaires 9h – 18h · Approche pédagogique « Sécurité Intégrative »



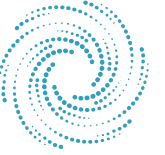
01

Découvrir l'EMDR

— — —

Comprendre simplement ce qu'est l'EMDR, d'où elle vient, et comment elle agit sur les souvenirs douloureux.





Comprendre l'EMDR : aider le cerveau à « ranger » les souvenirs

Ce qu'est l'EMDR, d'où vient son nom, et l'idée simple sur laquelle repose toute la méthode.

EMDR = « Eye Movement Desensitization and Reprocessing » : désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires.

Reconnue OMS · 2013

1

LE PROBLÈME

Un souvenir douloureux peut rester « bloqué », comme un dossier mal classé. Il ressurgit en angoisses, images ou réactions trop fortes.



2

LA MÉTHODE

En bougeant les yeux de gauche à droite (ou par tapotements), on aide le cerveau à retraiter ce souvenir — comme il le fait pendant le sommeil.



3

LE RÉSULTAT

Le souvenir ne s'efface pas : il cesse d'être une alarme permanente. Il redevient un simple souvenir du passé.

En clair : l'EMDR ne cherche pas à effacer le passé — elle aide le cerveau à le ranger correctement.

Les termes et concepts principaux à comprendre quand on parle d'EMDR

La méthode, son origine et son mécanisme



EMDR

« Eye Movement Desensitization and Reprocessing », soit « désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires ». Une thérapie qui aide le cerveau à traiter les souvenirs douloureux restés « bloqués ». Mise au point par Francine Shapiro, elle est aujourd'hui reconnue par l'OMS.

Le trauma / souvenir figé

Un souvenir mal « rangé » par le cerveau, stocké à part avec son émotion intacte. Au lieu d'appartenir au passé, il se réactive comme s'il se reproduisait maintenant : mêmes images, mêmes sensations, mêmes réactions de peur.

Le retraitement

Le cœur du travail : le processus par lequel un souvenir douloureux perd peu à peu sa charge émotionnelle. Il ne disparaît pas, mais cesse d'être une alarme : il redevient un simple souvenir du passé, que l'on peut évoquer sans être submergé.

Le modèle TAI (ou AIP)

Traitement Adaptatif de l'Information : le « moteur » naturel qui permet au cerveau de digérer et classer chaque expérience. Quand un événement est trop violent, ce moteur se bloque et le souvenir reste figé — c'est lui que l'EMDR vient relancer.

Les SBA

Stimulations Bilatérales Alternées : on stimule en alternance les deux côtés du corps — yeux qui bougent de gauche à droite, tapotements ou sons. Ce va-et-vient relance le retraitement, comme le cerveau le fait pendant le sommeil. C'est le moteur de l'EMDR.

La cible

L'élément précis que l'on choisit de travailler en séance : un souvenir ancien, une image, une sensation du corps, un déclencheur du présent ou une situation future redoutée. Tout le protocole se construit autour de cette cible.



Les termes et concepts principaux à comprendre quand on parle d'EMDR

Les repères de la séance et de la sécurité



Les 8 phases

La structure complète d'une séance EMDR, de l'accueil jusqu'au suivi : anamnèse, préparation, évaluation de la cible, désensibilisation, installation du positif, scan corporel, clôture et réévaluation. Un fil conducteur qui sécurise chaque étape.

Le VOC

« Validity of Cognition » : une échelle de 1 à 7 qui mesure à quel point une pensée positive sur soi (« je suis en sécurité ») « sonne vraie » émotionnellement, et pas seulement dans la tête. On cherche à la renforcer jusqu'à 7.

La fenêtre de tolérance

La « bonne zone » émotionnelle de travail : assez activé pour que quelque chose se passe, sans être submergé (panique, débordement) ni « déconnecté » (vide, absence). Tout l'art du praticien est d'y maintenir le client.

Le SUD

« Subjective Units of Disturbance » : une échelle de 0 à 10 par laquelle le client évalue lui-même à quel point le souvenir le perturbe, ici et maintenant. Elle permet de mesurer concrètement si le travail avance — le but étant de faire baisser ce chiffre.

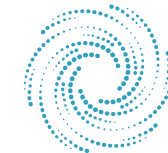
CN & CP

La Cognition Négative est la croyance douloureuse installée par le souvenir (« je suis en danger », « c'est ma faute »). La Cognition Positive est la croyance aidante qu'on vient installer à la place (« je suis en sécurité maintenant », « j'ai fait ce que j'ai pu »).

Lieu sûr & ancrage

Des ressources de stabilisation apprises avant tout retraitement : un « lieu sûr » imaginaire et apaisant, la respiration, l'ancrage dans le corps. Elles permettent de revenir au calme et au présent à tout moment — un filet de sécurité indispensable.





Le déroulé d'une séance : les 8 phases du protocole standard

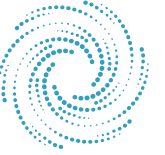
Une séance EMDR n'improvise pas : voici les 8 étapes, de l'accueil de la personne jusqu'à la vérification que le travail a tenu.

Aider le cerveau à « digérer » ce qui est resté bloqué. Un souvenir traumatique reste comme un dossier mal classé : les 8 phases relancent ce traitement, pas à pas — pas une recette, et pas 8 séances (de 3-4 à 20).



- **Phases 3 & 4** — le cœur du retraitement : elles reviennent à chaque séance active et exigent le plus de prudence.





La fenêtre de tolérance : ni trop, ni trop peu d'émotion

Un concept clé pour la suite : il existe une « bonne zone » émotionnelle — la seule où l'on peut travailler en sécurité.

TROP — le système s'emballe

Panique, agitation, larmes incontrôlables : c'est le trop-plein émotionnel.

LA FENÊTRE — la bonne zone

On ressent, on pense, on avance en sécurité. C'est ici, et seulement ici, que l'EMDR peut travailler.

PAS ASSEZ — le système s'éteint

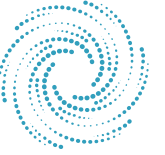
On se « déconnecte », on s'engourdit, on se ferme : plus rien ne passe.

Le rôle du praticien

Il surveille en permanence cette « fenêtre ». Si la personne déborde ou se ferme, il ralentit, ramène au calme (respiration, ancrage) et ne force jamais.

« On régule toujours avant de retraiter. »





Pourquoi ça marche ? Le voyage d'un souvenir bloqué

Pas de magie : l'EMDR s'appuie sur le fonctionnement naturel du cerveau. Suivons, étape par étape, le parcours d'un souvenir — du moment où il se bloque jusqu'à celui où il s'apaise.

01

Le cerveau « digère » nos vécus

Au fil de la journée et pendant le sommeil, le cerveau traite chaque expérience : il en garde l'utile et classe le reste au rang de souvenir. C'est son fonctionnement normal, et le plus souvent il suffit.

03

Le souvenir reste « vivant »

Figé hors du temps, il garde intactes ses images, ses émotions et ses sensations de corps — exactement comme au premier jour. Pour le cerveau, le danger n'est jamais vraiment passé.

05

Les mouvements relancent le traitement

En bougeant les yeux de gauche à droite (ou par tapotements), l'EMDR remet en route le « rangement » naturel du cerveau — un peu comme il le fait spontanément pendant le sommeil. C'est le moteur de la méthode.

02

Un choc trop fort bloque tout

Quand un événement est trop violent ou trop soudain, ce traitement déraile. Le souvenir n'est pas « digéré » : il reste coincé, brut, avec toute sa charge émotionnelle — au lieu d'être rangé au passé.

04

Une alarme qui se déclenche seule

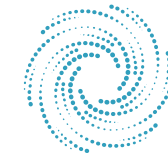
Au moindre rappel — une odeur, une voix, un lieu — le cerveau rallume l'alerte : angoisse, panique, tensions, réactions du corps... alors qu'il n'y a, ici et maintenant, aucun danger réel.

06

Le souvenir retrouve sa place

Peu à peu, il perd sa charge et rejoint le passé. Il ne s'efface pas, mais cesse d'être une alarme : on peut désormais y repenser sans être submergé.





Comment ça se passe ? Une séance pas à pas

Une séance n'a rien d'une plongée brutale dans le traumatisme : c'est un parcours balisé et sécurisé. Voici, dans l'ordre, ce qui se passe — et tout ce qui protège la personne du début à la fin.

01 Un cadre clair en 8 étapes

Une séance suit toujours la même structure, de l'accueil jusqu'à la vérification du travail : on n'improvise jamais. Ce cadre prévisible rassure la personne et guide chaque étape.

03 On installe d'abord la sécurité

Avant tout retraitement, le praticien apprend à la personne à se calmer : respiration, « lieu sûr » imaginaire, ancrage dans le corps. Ces ressources servent de filet pendant toute la séance.

05 On avance au rythme de la personne

Un pied dans le souvenir, un pied dans le présent : on retraite sans revivre. Si c'est trop, on ralentit, on stabilise, on reporte — on ne force jamais l'accès à un souvenir.

02 On choisit une cible précise

On ne travaille pas « tout » d'un coup : on cible un souvenir, une image ou une situation, et on mesure la gêne ressentie sur une échelle simple (le SUD, de 0 à 10) pour suivre les progrès.

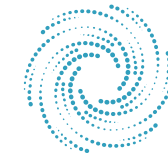
04 On reste dans la « bonne zone »

Le travail ne se fait que dans la fenêtre de tolérance : assez d'émotion pour avancer, jamais au point d'être submergé ni « déconnecté ». Le praticien ajuste le rythme en continu.

06 On sait s'arrêter et orienter

Le praticien repère les signaux d'alerte (la personne « décroche », déborde) et oriente vers un médecin quand la situation dépasse son champ. Connaître ses limites fait partie du métier.





Les idées reçues sur l'EMDR, remises à l'endroit

Hypnose ? Manipulation ? Pas sérieux ? On répond simplement aux malentendus les plus fréquents.

IDÉE REÇUE

LA RÉALITÉ

✗ « C'est de l'hypnose. »



Le patient reste pleinement conscient, acteur, et peut tout arrêter.

✗ « Ce n'est pas scientifique. »



Reconnu par l'OMS (2013), validé par plus de 40 études contrôlées.

✗ « Il faut tout raconter en détail. »



On travaille par cibles, à distance — sans récit imposé.

✗ « C'est magique, une séance suffit. »



Un protocole en 8 phases ; de 3-4 à 20 séances, préparation obligatoire.

✗ « Puissant, donc dangereux. »



Encadré : la préparation et la régulation neutralisent le risque.



02

La formation Harmonesis

— — —
Notre école, le contenu de la formation, son programme et son déroulé concret.



Qui sommes-nous ?

Harmonesis est un organisme de formation professionnelle

Exclusivement dédié à la formation professionnelle en thérapies brèves : magnétisme et reiki

N° de déclaration d'activité d'un prestataire de formation enregistré auprès de la Préfecture d'île-de-France : 11 78 83 101 78

Fondé en 2015 et membre du réseau Harmonika qui regroupe des écoles dans chaque métier du bien-être (art-thérapie, sophrologie, kinésiologie, PNL, etc.)

... certifié Qualiopi et membre de la Fédération Européenne des Ecoles
Et à la Fédération Française des Métiers du Bien-Etre



La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des catégories d'actions suivantes :
ACTION DE FORMATION

harmonika
LE RÉSEAU D'ÉCOLES DU BIEN-ÊTRE



**Quelles sont
nos valeurs ?**

Expertise

- .01 Organisme de formation enseignant exclusivement les thérapies brèves et proposant un cursus en 100% présentiel
- .02 3 Cursus linéaires qui intègrent tous les niveaux d'hypnose, EMDR et EFT pour fluidifier l'apprentissage et permettre une pratique professionnelle en cabinet
- .03 Cellule d'ingénieurs pédagogiques dédiée pour mettre à jour constamment nos cours afin d'être en adéquation avec les exigences de nos stagiaires
- .04 Formateurs tous en exercice professionnelle en cabinet et formés pendant 1 an en interne au sein de Harmonesis



Qualité



Certification Qualité qui découle du Ministère de Travail



Atteste de la qualité des processus pédagogiques



Obligatoire pour percevoir des prises en charge sur fonds publics

Qualiopi 
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des catégories d'actions suivantes :

ACTION DE FORMATION

Engagement

dotée d'un statut
participatif au Conseil
de l'Europe et
partenaire de
l'UNESCO

500 organismes de
formation dans 39
pays

140 diplômes dans 12
filières
(management, droit,
sport, agriculture,
etc.)

50 années d'existence



Federation for **E**Ducation in **E**urope
Fédération Européenne Des Ecoles



harmonika

LE RÉSEAU D'ÉCOLES DU BIEN-ÊTRE



Partenariats

- Harmonika est le 1er réseau d'écoles dédiées aux métiers du bien-être
 - Ecoles partenaires en kinésiologie, sophrologie, naturopathie, PNL, art-thérapie, magnétisme, Reiki et en réflexologie
 - Possibilité de se former à d'autres métiers en ayant la garantie de retrouver une ingénierie pédagogique similaire à Harmonesis
- 



Proximité

- Offre nationale afin de faciliter les reconversions
- Objectif : réduire les temps de trajet et diminuer le coût réel de formation
- Chaque cursus doit être réalisé dans la même ville
- Il n'est pas possible de rattraper des cours dans d'autres villes

**Comment
fonctionnent nos
formations?**



Aperçu global de la formation en EMDR



Rythme

6 jours intensifs en présentiel
répartis en 2 niveaux avec 1 mois
d'intervalle



Prix

2 500 euros
(étalement possible en 5
mensualités de 500 €)



Lieu

12 grandes villes en France
métropolitaine



Durée

148h répartis ainsi :

- 48h au sein de l'OF
- 100h de pratique hors les murs
(Mise en Situation
professionnelle)



Participants

10 maximum



Horaires

9h-18h
en 100% présentiel

Pourquoi la formation se veut exhaustive et sécurisée

Une formation intense et concentrée — avec la compétence qui se poursuit ensuite par la pratique et la supervision.

La formation permet de maîtriser en profondeur les outils de l'EMDR tout en apprenant à sécuriser le cadre

48h

en présentiel (les 6 jours)

+

100h

de Mise en Situation Professionnelle

=

148h

de formation au total

1

Un protocole codifié

Un cadre reproductible en 8 phases, enseignable en intensif.

2

60 % de pratique

On apprend le geste en le faisant, pas en l'écouter.

3

Un périmètre adapté

Bien-être et blocages légers : un niveau réaliste sans tomber dans la pratique médicale.

4

La sécurité intégrative

On apprend ses limites et à rester dans sa zone.

5

Validé par la pratique

10 séances réelles + notes de synthèse + évaluation continue.

6

La suite se construit

Pratique, supervision et expérience prolongent la formation.



Le programme jour par jour : 6 journées, 2 niveaux progressifs

48 h en présentiel. Le Niveau 1 (J1-3) installe le protocole standard ; le Niveau 2 (J4-6) apprend à l'adapter aux situations réelles.

NIVEAU 1 · Fondements & protocole standard

Jour 1 Comprendre l'EMDR et le traumatisme

Jour 2 Préparer, cibler et évaluer la cible

Jour 3 Retraiter, intégrer et clôturer

NIVEAU 2 · Protocoles avancés & adaptation

Jour 4 Stabiliser & travailler les scénarios anticipés

Jour 5 Explorer sans forcer le souvenir

Jour 6 Consolider la pratique professionnelle



Programme Pédagogique – Formation en EMDR

Niveau 1

Fondamentaux de l'EMDR & Protocole Standard

Introduction à l'EMDR et préparation thérapeutique

- Compréhension du modèle TAI et des bases neurobiologiques du trauma.
- Introduction à la stabilisation émotionnelle : techniques et exercices pratiques.
- Présentation des 8 phases du protocole EMDR, focus sur les phases 1 et 2 (recueil d'informations et préparation).

1er JOUR

Pratique des premières phases du protocole

- Décryptage des phases 3 à 6 : évaluation, désensibilisation, installation de la cognition aidante, scan corporel.
- Exercices pratiques supervisés sur les phases 1 à 4.
- Introduction aux stimulations bilatérales et à la mesure des indicateurs (SUD, VOC)

2e JOUR

Intégration du protocole complet

- Pratique complète du protocole EMDR en binôme, sous supervision.
- Étude des phases 7 (clôture) et 8 (réévaluation).
- Retour collectif, évaluation et plan de progression post-formation.

3e JOUR

Niveau 2

Protocoles Spécifiques et Adaptations

Adaptation du protocole standard

- Revue pédagogique des 8 phases et introduction à la boîte de vitesses thérapeutique.
- Exploration du protocole ABCBABC, des scénarios anticipés et du floatback avec ressource.
- Introduction au protocole CIPOS pour renforcer la stabilisation émotionnelle.

4e JOUR

Traumas implicites et anticipés

- Intégration du modèle S.C.A.R.E., de la flèche descendante et de la technique de remise à zéro émotionnelle.
- Découverte du tissage cognitif pour renforcer les cognitions aidantes.
- Application de protocoles spécifiques : empreintes précoces, protocole inversé.

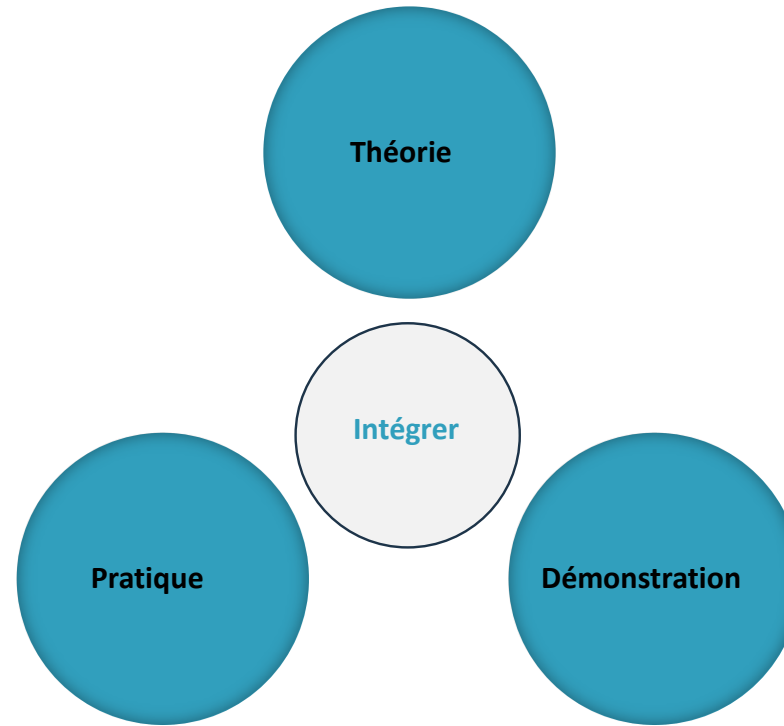
5e JOUR

EMDR créatif et protocoles complexes

- Utilisation de protocoles avancés : “Tout ça”, douleur aiguë, “film intérieur”.
- Intégration de méthodes créatives : lettre au trauma, restitution symbolique.
- Consolidation de la posture thérapeutique et créativité dans les adaptations.

6e JOUR

A quoi ressemble une journée de cours ?



Théorie



- Chaque cours commence une partie de théorie pure pour présenter le protocole
- L'élève capte les informations visuelles et auditives

Démonstration



- Le professeur procède à une démonstration sur un élève en direct pour présenter le protocole dans sa version pratique
- L'élève matérialise la théorie pour mieux comprendre le protocole en situation de cabinet

Pratique



- Mise en application par groupe de 2 élèves car seule l'expérimentation permet d'intégrer le protocole
- Interventions régulières du professeur pour accompagner les élèves dans ce processus d'intégration



La Mise en Situation Professionnelle entre les cours : consolider par la pratique

La compétence se construit aussi entre les sessions — un travail guidé, encadré et progressif (la « mise en situation professionnelle »).

ENTRE LE NIVEAU 1 ET LE NIVEAU 2 1 mois d'écart

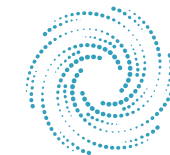
- › Relire l'intégralité du manuel Niveau 1.
- › S'entraîner : 6 accompagnements de volontaires adultes, sur des cibles légères — jamais de trauma complexe.
- › Tenir un journal de séance anonymisé (cible, phase 3, SUD/VOC, conduite des séries, clôture).
- › → Objectif : gagner en aisance sur le protocole standard.

APRÈS LE NIVEAU 2 Vers l'installation

- › Relire les protocoles avancés du Niveau 2.
- › Réaliser 8 à 15 accompagnements supplémentaires pour la certification.
- › Bénéficier d'une supervision clinique pour ajuster sa pratique.
- › → Objectif : apprendre à choisir le bon outil, au bon moment.

On ne demande pas de traiter de grands traumatismes entre les cours : on s'entraîne sur des situations simples pour intégrer la structure, le langage, les mesures SUD/VOC, la conduite des séries et la clôture.





La certification : une évaluation continue, sur le terrain

Pas d'examen couperet : le formateur vous évalue pendant les pratiques du Niveau 2, sur une grille professionnelle de 100 points.

COMMENT ÇA MARCHE

1

Pendant le Niveau 2

Le formateur vous observe à chaque séance de pratique — en conditions réelles, pas sur table.

2

Une grille de 100 points

14 critères professionnels, les mêmes exigences qu'en cabinet : sécurité, protocole, posture.

3

La certification délivrée

À l'issue du parcours, vous recevez la certification de praticien EMDR Harmonesis.

CE QUI EST ÉVALUÉ — grille sur 100 points

Conduite du protocole (phases 1 → 8)

ciblage · désensibilisation · installation · clôture

36 pts

Sécurité, régulation & préparation

cadre · fenêtre de tolérance · stabilisation

23 pts

Technique : SBA & mesures

installation, calibration · échelles SUD / VOC

23 pts

Blocages & techniques avancées N2

tissages · CIPOS · floatback · flashes

10 pts

Posture & langage du praticien

alliance, neutralité · consignes non-suggestives

8 pts

L'appréciation finale

Insuffisant

Passable

Assez bien

Bien

Très bien

Excellent

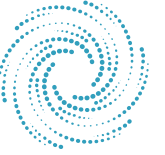
03

La sécurité intégrative

— — —

L'EMDR va vite et en profondeur. Voici pourquoi elle exige un cadre rigoureux — et la méthode que nous avons construite pour l'encadrer.





L'EMDR est une méthode puissante : sa force est aussi son risque

L'EMDR va vite et en profondeur — c'est exactement pour cela qu'elle doit être maniée avec méthode et prudence.

L'EMDR traite des souvenirs que le cerveau n'a pas su « ranger ». Cette puissance fait toute son efficacité — et, mal maniée, tout son danger.

⚡ SA FORCE

- Accède directement aux souvenirs douloureux figés.
- Réactive le mécanisme naturel d'auto-guérison du cerveau.
- Des résultats souvent rapides et durables.

⚠ SON RISQUE

- Aller trop vite ouvre une « boîte de Pandore » émotionnelle.
- Sauter la préparation peut submerger la personne.
- Risque de déstabilisation, voire de crise aiguë.

⚠ SANS CADRE — UN CAS RÉEL

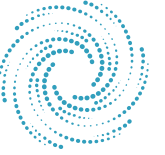
Une praticienne non formée a lancé le retraitement dès la 1^{re} séance, sans préparation.
Le soir même : crise aiguë, prise en charge en urgence le lendemain.



✓ NOTRE GARDE-FOU

La Sécurité Intégrative : jamais de retraitement sans préparation. Minimum 3 RDV.





Notre méthode pour sécuriser une séance : la sécurité intégrative

Six garde-fous, enseignés avant même les protocoles, qui font de la sécurité du client le cœur de la formation — pas un détail.



Progression graduelle

Minimum 3 rendez-vous ; les phases de préparation avant tout accès au trauma.



Régulation dès le début

Respiration, ancrage, lieu sûr — enseignés avant les protocoles.



Signal STOP & consentement

La personne garde le contrôle et peut interrompre à tout instant.



La fenêtre de tolérance

Repérer le débordement et ramener au présent (5 sens, ancrage).



Les signaux de dissociation

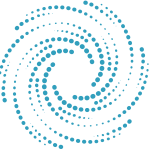
Reconnaître quand la personne « décroche » — ne jamais forcer.



La boîte de vitesses

Accélérer ou ralentir selon l'état ; toujours clôturer sur du positif.





Ouvrir l'EMDR à tous sans sacrifier le cadre : notre méthode

L'EMDR n'est pas réservée aux soignants — mais l'enseigner à tous suppose un cadre rigoureux, construit sur quatre piliers.

1

Un périmètre clair

Stress, blocages, deuils ordinaires, préparation mentale. Hors périmètre : les pathologies psychiatriques — orientation systématique vers un professionnel de santé.

2

Un protocole gradué à 5 vitesses

Du plus léger (vitesse 1, préventif) au plus profond (vitesse 5, sous conditions). Le praticien choisit la vitesse juste selon l'état du consultant.

3

Un cadre éthique strict

4 contre-indications · 11 signaux de dissociation · 7 techniques de régulation · la fenêtre de tolérance comme repère permanent.

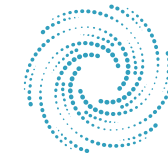
4

Un socle théorique exigeant

Modèle TAI, 8 phases, 18 protocoles. Références : Shapiro, van der Kolk, Lanius, Siegel. Comprendre pour ajuster, pas seulement appliquer.

La vraie question n'est pas SI l'EMDR se diffuse, mais COMMENT et PAR QUI. Certification Qualiopi + agrément FEDE : référentiel évalué, contrôle qualité et orientation médicale obligatoire — ce que les formations en ligne n'offrent pas.





Pilier 1 — Délimiter un périmètre de pratique clair

La loi encadre le traitement des pathologies, pas la technique EMDR elle-même.

Sur l'accompagnement émotionnel du quotidien — stress, blocages, anticipations, deuils ordinaires — aucun monopole médical n'existe. C'est ce périmètre que nos praticiens apprennent à investir.

✓ NOTRE PÉRIMÈTRE *l'accompagnement du quotidien*

- Stress, surcharge, épuisement léger
- Blocages, manque de confiance en soi
- Anticipations : examen, prise de parole
- Deuils ordinaires, transitions de vie
- Préparation mentale et gestion des émotions

→ HORS PÉRIMÈTRE *on oriente vers un médecin*

- Pathologies psychiatriques caractérisées
- Dépression sévère, risque suicidaire
- Troubles dissociatifs, ESPT complexe
- Addictions actives
- Tout ce qui relève du soin médical

La règle d'or au moindre doute sur une pathologie, orientation systématique vers un professionnel de santé.





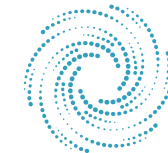
Pilier 2 — Graduer l'intervention en cinq vitesses

L'EMDR chez Harmonesis n'est pas une recette unique : c'est un système de cinq niveaux d'intensité.

Le praticien choisit la « vitesse » selon ce que le consultant peut supporter — jamais l'inverse. On ne passe au niveau supérieur que si la personne est prête.

V1 · Anticiper	Préparer un événement, apaiser une appréhension — léger, préventif.	● ● ● ● ●
V2 · Stabiliser	Installer ressources et sécurité avant tout travail de fond.	● ● ● ● ●
V3 · Explorer	Avancer en douceur quand le souvenir est flou ou implicite.	● ● ● ● ●
V4 · Apaiser le présent	Désamorcer les déclencheurs qui réactivent aujourd'hui.	● ● ● ● ●
V5 · Retraiter	Travail profond sur les souvenirs chargés — si stabilité vérifiée.	● ● ● ● ●





Pilier 3 — Placer la sécurité du client au centre

La sécurité n'est pas un chapitre annexe : c'est notre contenu pédagogique principal.

Ouvrir l'EMDR à tous sans encadrement serait dangereux. Le praticien apprend d'abord à reconnaître les limites et à protéger le consultant à chaque étape.

4

contre-indications absolues

instabilité · idées suicidaires · addictions actives ·
dissociation non stabilisée

11

signaux de dissociation

à repérer en séance, des plus précoces aux plus
avancés

7

techniques de régulation

respiration, ancrage, lieu sûr, contenant... apprises et
pratiquées

Deux réflexes de sécurité repérer un signal de dissociation (la personne « décroche ») · déclencher une technique de régulation pour ramener au présent.





Pilier 4 — Comprendre les fondements pour savoir ajuster

Nous formons des praticiens qui comprennent ce qu'ils font — pas qui récitent un protocole.

Apprendre une technique sans ses fondements, c'est appliquer sans savoir ajuster. Notre cursus donne les bases pour pratiquer en conscience, à chaque niveau de savoir.

01 Les fondements — Modèle TAI + bases neurobiologiques du trauma : pourquoi l'EMDR agit sur les souvenirs.

02 Le protocole standard — Les 8 phases : la structure d'une séance type, du cadre initial jusqu'à la clôture.

03 Les protocoles spécialisés — 18 protocoles, en 6 familles, pour les situations particulières (douleur, deuil, empreintes...).

04 Les références cliniques — Shapiro, van der Kolk, Lanius, Siegel : un savoir validé internationalement.

Résultat le praticien sait pourquoi il pose chaque geste — donc il sait l'ajuster, pas seulement le reproduire.



04

Notre pédagogie

— — —
Comment nous formons : la pratique au centre, six partis-pris, et des formateurs qui exercent en cabinet.



Notre pédagogie en six partis-pris : miser sur le geste

Comment nous formons : par la pratique plutôt que par la théorie. La vue d'ensemble, avant le détail.

01

La pratique au cœur

60 % du temps en pratique : le geste avant le savoir.

02

La boucle expérientielle

Théorie › Démonstration › Pratique ›
Intégration.

03

Une progression sécurisée

Du protocole standard à l'art de
s'adapter.

04

La théorie incarnée

Les neurosciences traduites en
métaphores.

05

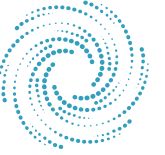
Le formateur-praticien

Un guide en exercice, 10 ans de
cabinet.

06

Cap sur l'installation

Un cursus tourné vers la pratique
réelle.

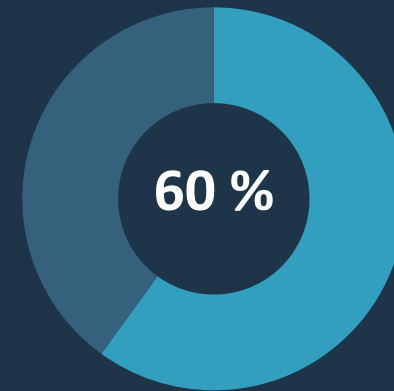


Parti-pris n°1 — Mettre la pratique au cœur de la formation

60 % du temps est consacré à la pratique : on apprend l'EMDR en le faisant, pas en l'écoutant.

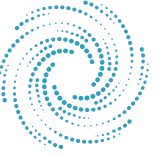
La théorie n'est jamais une fin en soi : elle se met au service de la réalisation d'un protocole, en cabinet.

- Le centre de gravité, c'est l'entraînement réel — pas l'accumulation de connaissances.
- Des manuels opérationnels : scripts mot à mot et fiches à compléter (cible, SUD, VOC).
- L'objectif n'est pas de savoir l'EMDR, mais de le pratiquer avec aisance.



du temps consacré à la pratique. + 100h de mise en situation professionnelle.

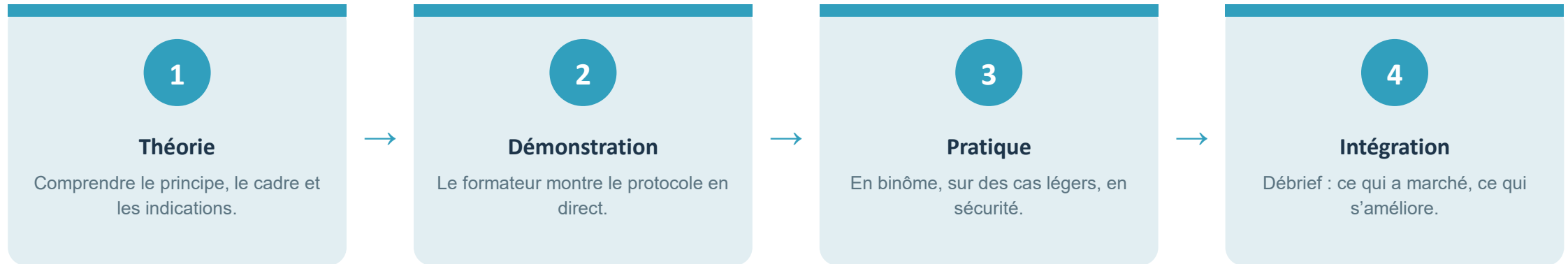




Parti-pris n°2 — Ancrer chaque notion par l'expérience

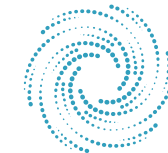
Chaque notion suit la même boucle, courte et répétée : comprendre, voir, faire, intégrer.

On n'empile pas la théorie : chaque protocole passe par un cycle d'apprentissage complet, répété jusqu'à ce que le geste devienne naturel.



Une boucle, pas une ligne ce cycle se répète pour chaque protocole, du plus simple au plus complexe — jusqu'à ce que le geste devienne naturel.





Parti-pris n°3 — Progresser du standard vers l'adaptatif

Un cursus linéaire qui guide de A à Z : d'abord la structure, ensuite l'art de l'adapter.

On n'apprend pas tout en même temps : le Niveau 1 installe des bases solides, le Niveau 2 apprend à s'en servir avec finesse.

NIVEAU 1 *Jours 1-3 · Les fondamentaux*

- Comprendre le trauma (modèle TAI)
- Poser un cadre sécurisé
- Les 8 phases du protocole standard

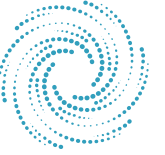


NIVEAU 2 *Jours 4-6 · L'adaptation clinique*

- Les 5 vitesses & la fenêtre de tolérance
- Les 18 protocoles spécialisés
- Choisir le bon outil, au bon moment

Un fil rouge déontologique cas légers, contre-indications et orientation médicale — présents à chaque étape, du premier au dernier jour.





Parti-pris n°4 — Rendre la théorie concrète par des métaphores

Les neurosciences traduites en images simples — pour comprendre, et pour réexpliquer ensuite à ses clients.

Le cerveau qui « digère »

→ le traitement normal de nos expériences

La bibliothèque mentale

→ un souvenir bien rangé, accessible au passé

Le fichier corrompu

→ le souvenir traumatique, resté bloqué

Le train qui passe

→ laisser défiler les pensées sans s'y accrocher

Les nuages

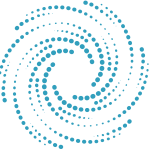
→ les émotions qui traversent puis s'éloignent

Les feuilles sur la rivière

→ observer ce qui vient, sans le retenir

Pourquoi c'est puissant Le futur praticien reçoit le langage en même temps que le concept : il saura l'expliquer simplement à ses propres clients.





Parti-pris n°5 — Apprendre de formateurs qui exercent en cabinet

Pas des théoriciens : des praticiens en activité qui transmettent une vraie culture clinique.

Chez Harmonesis, on n'enseigne l'EMDR qu'après l'avoir longuement pratiqué. Le formateur transmet un métier, pas seulement une technique.

100%

praticiens en exercice

ils accompagnent de vrais clients, en cabinet, en parallèle

10 ans

d'expérience en moyenne

une culture clinique éprouvée, bien au-delà du protocole

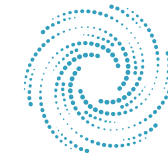
1 an

de formation interne

comme assistants, avant d'être autorisés à enseigner

Leur posture un guide, pas un maître : la trame pédagogique guide, mais le formateur s'adapte au groupe et à chaque stagiaire.





Parti-pris n°6 — Tout orienter vers l'installation professionnelle

L'objectif n'est pas un diplôme de plus, mais une pratique réelle, autonome et rentable.

Dès le Niveau 2, tout est tourné vers le passage à l'acte : pratiquer pour de vrai, être évalué, et savoir lancer son activité.

01

Évaluation continue

tout au long du Niveau 2, pour progresser en confiance.



02

10 séances réelles

10 notes de synthèse sur des accompagnements d'entraînement.



03

Création d'entreprise

une journée dédiée + le réseau Harmonika pour se lancer.

→ **L'objectif** une pratique professionnelle autonome — pas seulement un diplôme accroché au mur.



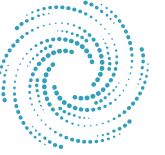
05

Les outils du praticien

— — —

La boîte à outils du Niveau 2 : les 5 vitesses, les 18 protocoles et les techniques de régulation.





Les techniques de régulation : calmer avant de travailler

Respiration, ancrage, imagerie : les outils qui rendent tout le reste possible — en séance comme à la maison.

RESPIRATION

Cohérence cardiaque · Calm Express · Respiration carrée ·
Respiration abdominale

ANCRAGE & PRÉSENCE

Pleine conscience 5-4-3-2-1 · Ancrage par les 5 sens · Remise à zéro
émotionnelle

IMAGERIE RESSOURCE

Lieu sûr · Le contenant (coffre) · Flot de lumière · Couleur
ressource

Pourquoi ?

Elles calment le système nerveux : l'émotion redescend et le cerveau retrouve les conditions du travail. De vraies interventions, pas des préliminaires.

Quand, dans la séance ?

En préparation, à chaque débordement (retour au calme), à la clôture — et toujours finir sur du positif.

Le socle de la sécurité

Enseignées avant les protocoles. Chaque outil reste utilisable par la personne, seule, chez elle.





La « boîte de vitesses » : adapter le protocole à chaque patient

Plutôt qu'une marche forcée, le praticien choisit l'une des 5 vitesses selon ce que la personne peut supporter ce jour-là.

Tous les patients ne sont pas prêts à retraiter un trauma le jour même. La « boîte de vitesses » est l'outil qui permet d'ajuster la profondeur du travail à ce que le système nerveux peut supporter — du simple apaisement jusqu'au retraitement profond. À chaque vitesse, une question guide le praticien :

V1 · Anticiper

« **De quoi a-t-elle peur ?** » On apaise l'anxiété du futur — 123, scénarios anticipés, ancrage positif.

V2 · Stabiliser

« **Est-elle assez sécurisée pour avancer ?** » On crée sécurité & ressources — lieu sûr, CIPOS, respiration, remise à zéro.

V3 · Explorer

« **Et si le souvenir est flou ?** » On avance sans forcer le récit — S.C.A.R.E, floatback, SBA sur clé floue.

V4 · Apaiser le présent

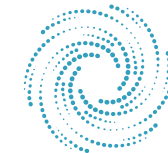
« **Qu'est-ce qui la réactive aujourd'hui ?** » On désamorce les déclencheurs actuels — EMDR limité, film intérieur.

V5 · Retraiter

« **Le souvenir est-il clair et tolérable ?** » On retraite & on intègre — protocole standard, lettre, cognition aidante.

On ne force jamais le protocole : on choisit la vitesse qui respecte la fenêtre de tolérance.





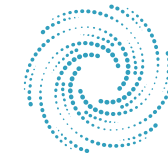
Les 18 protocoles du Niveau 2, rangés en 6 familles

L'ensemble des outils enseignés dans la formation, classés par finalité — et alignés sur les 5 vitesses.

À retenir : ce sont tous les protocoles enseignés dans la formation. Ils sont rangés en 6 familles selon la situation clinique — pour trouver, en séance, le bon outil au bon moment.

Famille 1 · Anticipation	Quand le futur fait déjà peur · 123 · scénarios anticipés · ancrage positif.
Famille 2 · Stabilisation	Quand il faut d'abord sécuriser · éponge · floatback ressource · CIPOS · remise à zéro.
Famille 3 · Souvenirs flous	Quand on ressent sans pouvoir expliquer · S.C.A.R.E · SBA clé floue · floatback implicite · flèche descendante · tissage.
Famille 4 · Traumas complexes	Quand l'histoire est longue & entremêlée · empreintes précoces · traitement inversé · « tout ça » · film intérieur.
Famille 5 · Corps & présent	Quand le corps parle avant les mots · EMDR pour la douleur aiguë · travail des déclencheurs présents.
Famille 6 · Clôturer / réparer	Quand accompagner, c'est savoir contenir · EMDR limité · lettre / restitution symbolique.





Le Top 5 des techniques qui montrent la finesse du Niveau 2

Cinq protocoles emblématiques pour donner un aperçu concret de la richesse clinique de l'EMDR.

Protocole 123

Anticiper (V1) — transformer le scénario catastrophe en version apaisée.

CIPOS

Stabiliser (V2) — approcher un souvenir sans submerger, par allers-retours.

S.C.A.R.E

Explorer le flou (V3) — entrer dans l'histoire par un seul fragment.

Traitement inversé

Trauma complexe (V3-V5) — futur → présent → passé, progressivement.

La lettre

Clôturer / réparer (V2-V5) — déposer ce qui n'a jamais pu être dit.

Une bonne technique EMDR n'est pas la plus rapide : c'est celle qui respecte le rythme, la sécurité et la capacité d'intégration du client.



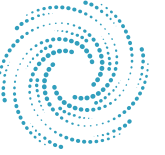
06

Des cas concrets

— — —

L'intelligence clinique de l'EMDR, illustrée par trois situations réelles accompagnées pas à pas.





Trois cas concrets : accompagner sans jamais précipiter

Face à des vécus sensibles (viol, violences conjugales, violences de l'enfance), la vraie question n'est pas « quel protocole ? » mais « à quel rythme ? ».

La vraie question n'est pas « quel protocole utiliser ? » mais « à quel rythme le système nerveux peut-il avancer ? »

Évaluer la sécurité

Danger actuel, stabilité, antécédents — avant tout travail de fond.

Stabiliser d'abord

Alliance, ressources, régulation émotionnelle : le préalable au retraitement.

Respecter la fenêtre

La bonne technique est celle que la personne peut tolérer aujourd'hui.

Prudence

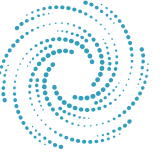
Sécurité

Rythme

Stabilisation

Retraitement





La boussole commune aux trois cas : les 5 vitesses

Le même outil de décision guide chaque accompagnement : choisir la vitesse que la personne peut tolérer aujourd'hui.

V1 · Anticiper	Apaiser les peurs du futur
V2 · Stabiliser	Créer de la sécurité et des ressources
V3 · Explorer	Avancer quand le souvenir est flou
V4 · Apaiser le présent	Travailler les déclencheurs actuels
V5 · Retraiter	Travailler le souvenir quand il est accessible

On ne force pas le protocole : on choisit la vitesse qui respecte la fenêtre de tolérance de la personne.





Cas n°1 — Une consultante après un viol

La situation : ce que le traumatisme change dans son quotidien

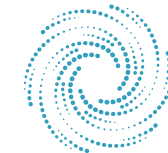
Cas pratique. Une jeune femme consulte après un viol. Depuis, le traumatisme envahit sa vie quotidienne. Elle se sent incapable d'engager une discussion avec un homme, ce qui la pénalise au travail comme dans sa vie personnelle. Elle éprouve aussi une honte et une culpabilité tenaces — alors qu'elle n'est en rien responsable de ce qu'elle a subi.

AU QUOTIDIEN, ELLE VIT...

- › Cauchemars, images intrusives
- › Peur de sortir seule
- › Réactions corporelles fortes (sursauts, tensions)
- › Évitement des hommes, isolement
- › Honte et culpabilité envahissantes

La posture du praticien ne pas faire raconter les détails. D'abord sécuriser, évaluer la stabilité, et redonner du contrôle à la personne.





Cas n°1 — Comment on l'accompagne

La séance, vitesse par vitesse : stabiliser avant de retraiter

L'objectif n'est pas de revivre l'événement, mais d'aider la personne à retrouver, pas à pas, une sécurité intérieure — à un rythme qu'elle peut tolérer.

V2 · Stabiliser

Installer des ressources — lieu sûr, respiration, éponge, CIPOS — pour éviter toute submersion.

V1 · Anticiper

Apaiser les peurs du futur : sortir, croiser l'agresseur, devoir témoigner (scénarios, 123).

V3 · Explorer

Si le souvenir est flou, partir d'une sensation ou d'une croyance, sans forcer le récit (S.C.A.R.E.).

V4 · Apaiser

Désamorcer les déclencheurs actuels — une odeur, un lieu, une voix (EMDR limité, CIPOS).

V5 · Retraiter

Seulement si elle est stable : cibler la scène, installer « je suis en sécurité maintenant ».

« Le souvenir n'est pas effacé, mais il perd son pouvoir d'envahir le présent. »





Cas n°2 — Une consultante après des violences conjugales

La situation : quand l'emprise a abîmé la sécurité intérieure

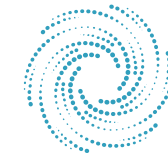
Cas pratique. Une femme consulte après avoir vécu des violences conjugales. Au quotidien, elle reste sur le qui-vive : un ton qui monte, une porte qui claque ou un simple SMS de son ex suffisent à la mettre en alerte. Elle a perdu confiance en son propre jugement, se sent coupable, et garde la sensation d'être encore sous emprise. Décider seule lui paraît presque impossible.

AU QUOTIDIEN, ELLE VIT...

- › Hypervigilance permanente
- › Sursauts aux déclencheurs (voix, bruit, SMS)
- › Perte de confiance en son jugement
- › Culpabilité, sentiment d'emprise
- › Difficulté à décider seule

La posture du praticien vérifier d'abord la sécurité actuelle. Si le danger persiste, le travail de fond sur les souvenirs n'est pas la priorité.





Cas n°2 — Comment on l'accompagne

La séance, vitesse par vitesse : reconstruire un socle de sécurité

Quand une personne a été sous emprise, on reconstruit d'abord un espace intérieur où elle se sent à nouveau sujet — actrice de ses propres choix.

V2 · Stabiliser

Reconstruire un socle : lieu sûr, contenant, respiration, éponge ; CIPOS si les souvenirs envahissent.

V1 · Anticiper

Préparer les situations anxiogènes — audience, message de l'ex (scénarios, ancrage positif).

V3 · Explorer

Démêler les croyances de l'emprise (« je ne vauds rien ») : flèche descendante, tissage cognitif.

V4 · Apaiser

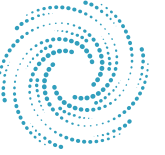
Travailler les déclencheurs — ton de voix, autorité, sensation d'être coincée (EMDR limité).

V5 · Retraiter

Une fois stable, cibler une scène : traitement inversé, film intérieur, lettre symbolique.

« On ne traite pas toute l'histoire d'un bloc : une cible, un rythme, une porte d'entrée. »





Cas n°3 — Un consultant et des violences subies enfant

La situation : quand l'enfance a appris au corps à se protéger

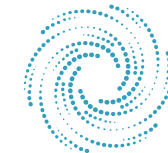
Cas pratique. Un homme consulte pour des accès de colère, une fermeture émotionnelle et un besoin de tout contrôler. En explorant son histoire, on découvre des violences physiques répétées de son père durant l'enfance. Ces violences sont devenues une manière d'être au monde : il anticipe le danger en permanence, se coupe de ses émotions, et réagit fortement dès qu'il se sent humilié ou face à une autorité.

AU QUOTIDIEN, IL VIT...

- › Accès de colère, hypercontrôle
- › Fermeture émotionnelle
- › Méfiance face à l'autorité
- › Sensation d'être constamment en danger
- › Difficulté à ressentir ou nommer ses émotions

La posture du praticien on travaille des traces anciennes. La relation thérapeutique elle-même doit d'abord devenir un espace sûr.





Cas n°3 — Comment on l'accompagne

La séance, vitesse par vitesse : sécuriser le présent avant le passé

Avant de revisiter le passé, il faut que le présent devienne un appui. On part souvent d'une réaction ou d'une sensation d'aujourd'hui, sans exiger de récit.

V2 · Stabiliser

Installer un cadre stable et non jugeant — la relation devient le premier espace de sécurité.

V3 · Explorer

Partir des réactions actuelles (gorge serrée, colère) plutôt que d'un récit : S.C.A.R.E, tissage.

V4 · Apaiser

Désamorcer ce qui réactive l'enfant blessé — conflit, critique, autorité (EMDR limité, CIPOS).

V1 · Anticiper

Préparer l'avenir : rencontre familiale, peur de reproduire la violence (scénarios, futur template).

V5 · Retraiter

Cibler une scène précise quand la stabilité le permet : film intérieur, lettre au père symbolique.

« *La réparation ne change pas l'histoire, mais l'impact qu'elle continue d'avoir sur l'identité.* »



Ce que ces cas nous apprennent : penser comme un praticien

Le vrai savoir-faire n'est pas le protocole — c'est de savoir quand l'utiliser, quand attendre, quand ralentir.

Le vrai savoir-faire n'est pas d'apprendre un protocole par cœur — c'est de savoir quand l'utiliser, quand attendre, quand stabiliser, quand limiter, et quand retraiter ou ralentir.

Évaluer

Sécuriser

Ralentir

Cibler

Adapter

Retraiter

Clôturer

« L'EMDR est une méthode puissante. Sa puissance demande du cadre, de la prudence et une vraie intelligence clinique. »



Pourquoi se former sérieusement à l'EMDR

Un traumatisme ne se traite pas avec une recette : il demande une méthode, une posture et un vrai cadre de sécurité.

Un traumatisme ne se traite pas avec une recette. Il se traite avec une méthode, une posture et une sécurité.

Module 1

La structure — les 8 phases, le socle.

Module 2

La finesse — protocoles, vitesses, adaptation.

Cas cliniques

La prudence — savoir quand, comment, à quel rythme.



07

Le métier & les débouchés

— — —

À qui s'adresse la formation, et ce qu'elle ouvre : publics, qualités du praticien, marché et lieux d'exercice.





À qui s'adresse la formation : deux publics, un même cadre

Soignants en quête d'un nouvel outil et personnes en reconversion s'y retrouvent — réunis par la même exigence de sécurité.

PROFESSIONNELS DE SANTÉ

psychologues · psychiatres · infirmiers

- **Une spécialisation, pas une reconversion**
l'EMDR prolonge et enrichit leur pratique clinique.
- **L'accès au trauma complexe**
leur socle médical leur permet d'exercer pleinement, en autonomie.
- **Compatible avec l'existant**
TCC, approche psychodynamique, suivi médical.

UN MÊME
CADRE

EN RECONVERSION

aucun prérequis médical exigé

- **Un nouveau métier de l'accompagnement**
structuré, encadré, accessible à partir de zéro.
- **Un périmètre clair : le bien-être**
stress, blocages, anticipations — jamais l'acte médical.
- **95 % de nos stagiaires**
30-50 ans, issus de tous les horizons professionnels.

Quel que soit le profil, la même méthode : **la Sécurité Intégrative** — périmètre clair · progression graduelle · la sécurité avant tout.



Pour les professionnels de santé : une montée en expertise

Psychologues, psychiatres, infirmiers : l'EMDR n'est pas une reconversion — c'est une spécialisation validée.



Un outil validé

Reconnue par l'OMS depuis 2013 et validée par plus de 40 études cliniques : la méthode de référence sur le trauma.



Le trauma complexe

Leur socle clinique leur ouvre les cas les plus lourds : dissociation, douleur chronique, pathologies associées.



Se greffe à l'existant

L'EMDR s'intègre à leur pratique : TCC, approche psychodynamique, suivi médical — sans rien remplacer.

LEUR TERRAIN

Trauma complexe · dissociation · douleur chronique · pathologies associées
— dans un cadre clinique.

LEUR AVANTAGE

Parmi les seuls à pouvoir exercer l'EMDR pleinement, en toute sécurité — jusqu'au retraitement profond.



Sans prérequis médical : une pratique du bien-être encadrée

Le métier n'est pas réglementé : aucun diplôme médical requis. La Sécurité Intégrative construit une pratique sûre à partir de zéro.

95 %

des stagiaires sont en reconversion

30-50

ans — l'âge de nos stagiaires

100 %

des profils accueillis, tous secteurs

LEUR PÉRIMÈTRE DE PRATIQUE

✓ CE QU'ILS PRATIQUENT

- Stress, surcharge, épuisement léger
- Blocages, confiance en soi
- Anticipations : examen, prise de parole
- Deuils ordinaires, transitions de vie
- Préparation mentale

→ CE QU'ILS ORIENTENT

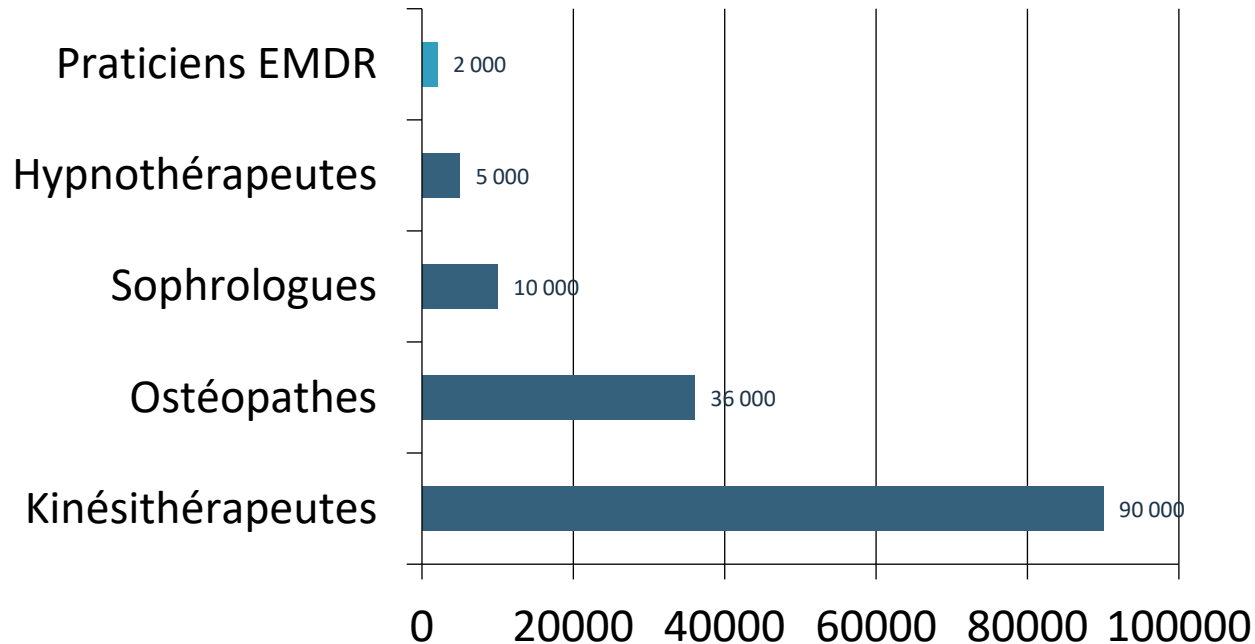
- Pathologies psychiatriques
- Dépression sévère, risque suicidaire
- Dissociation importante
- Addictions actives
- Tout ce qui relève du soin médical

Le garde-fou : progression graduelle (3 RDV min.) · régulation dès le début · contre-indications · orientation médicale obligatoire.

Les débouchés : exercer sur un marché porteur et peu saturé

Où et comment exercer dans le non-médical — et pourquoi le moment est particulièrement favorable.

NOMBRE DE PRATICIENS EN FRANCE (2025)



2 000

praticiens EMDR : le secteur le moins saturé du bien-être.

Deux missions : recevoir en consultation · animer ateliers & groupes.

Six terrains : cabinet, entreprise, maisons de retraite, clubs, associations, domicile.

Réseau Harmonika : aide à la création d'entreprise.

08

Le financement

— — —
Le coût de la formation et les solutions de prise en charge selon votre situation.





Financer sa formation EMDR : un investissement maîtrisé

Un prix unique pour tout le parcours, des règlements étalés, et des aides possibles selon votre situation.

2 500 €

prix total de la formation EMDR

- ✓ Niveau 1 + Niveau 2 inclus
- ✓ 6 jours · 148 h de parcours complet
- ✓ **– 5 % de réduction en cas de paiement comptant**

90 %

de nos stagiaires financent eux-mêmes leur formation.

C'est un investissement professionnel : il se rembourse dès les premiers accompagnements en cabinet.

PAYER EN PLUSIEURS FOIS

- **Étalement possible en 5 mensualités de 500 €, sans frais.**
- L'échéancier est défini avec l'école, selon votre situation.
- Possibilité d'échelonner entre le Niveau 1 et le Niveau 2.

Des prises en charge existent selon votre situation (salarié, indépendant, demandeur d'emploi...) — le détail sur la slide suivante.



Les prises en charge possibles, selon votre profil

Des fonds publics et mutualisés peuvent financer tout ou partie des 2 500 € — le point, profil par profil.

Demandeur d'emploi	France Travail Aide Individuelle à la Formation (AIF), à monter avec votre conseiller.
Salarié du privé	OPCO L'opérateur de compétences de votre branche, via votre employeur.
Indépendant	FIF-PL · AGEFICE Les fonds d'assurance formation des professions libérales et dirigeants.
Fonctionnaire	CPF Public Le dispositif de formation propre à la fonction publique.
Personne avec RQTH	AGEFIPH Aides dédiées aux personnes en situation de handicap.

⚠ NON ÉLIGIBLES — en toute transparence

CPF des salariés du privé · aides régionales · Transition Pro.

✓ ON VOUS ACCOMPAGNE

Notre conseiller identifie le bon dispositif avec vous et vous aide à monter le dossier.

09

L'inscription

Comment rejoindre la prochaine session : rendez-vous conseiller et démarches d'inscription.



Votre inscription au stage Découverte en quelques clics !

01

Rendez-vous sur
<https://harmonesis.com/>

Onglet « Inscription »

02

Cliquez sur le bouton
« Inscription » puis découvrez
les dates de formation dans
toutes nos villes

03

Remplissez vos informations
personnelles, puis cliquez sur
« Valider ».

04

Vous recevrez par mail (surveillez
vos spams !) votre dossier
d'inscription dans les 24h.
Renvoyez-le signé, et ça y est !
Vous êtes inscrit à la formation



**Merci de votre
attention!**
