



CREPS

Auvergne-Rhône-Alpes

— Vichy

L'exploration des sens au service de la performance

L'accompagnement en salle multisensorielle



La démarche Snoezelen

L'accompagnement en salle multisensorielle repose sur la stimulation des sens, vectrice d'apaisement, de régulation émotionnelle et de bien-être.

Un moment hors des exigences du quotidien de l'athlète pour mieux se connaître, créer et consolider des ressources internes, être plus disponible pour le projet de performance ou encore réguler ses états internes (émotions, stress, douleur, fatigue...).

Se ressourcer, se reconnecter à ses besoins et prendre soin de soi... une démarche innovante au bénéfice du "bien-être" du sportif.



L'accompagnement Snoezelen au CREPS, c'est :

- Des séances individuelles de 30 à 60 minutes, (fréquence des séances selon les besoins)
- Une équipe pluridisciplinaire formée à la démarche Snoezelen
- 2 salles dédiées
- La bienveillance et l'écoute de l'accompagnateur

En pratique

L'expérience Snoezelen peut-être vécue :

- En séance ponctuelle ou en accompagnement régulier
- Lors de stages sportifs ou dans une démarche individuelle

Cette approche personnalisée peut solliciter la vue, l'ouïe, le toucher, l'odorat, le goût, le vestibulaire ou encore la proprioception.

Coût

À partir de 35€ la séance selon le type d'accompagnement défini avec l'équipe du CREPS.

Pour plus d'informations,
contactez l'équipe Snoezelen du CREPS : 06 19 94 53 14
ophelie.simon@creps-vichy.sports.gouv.fr

