



Accompagner avec cœur et humanité

Transmettre avec justesse

La sophrologie est une puissante clé d'accès à l'intériorité, à la connaissance de soi et à la créativité. La sophrologie intentionnelle ® est une discipline qui permet de prendre conscience de ses ressources, de ses capacités positives et de ses valeurs. Sa pratique, à partir d'une méthodologie éprouvée, développe la confiance en soi, la créativité, l'harmonie et l'équilibre intérieur. Elle nous permet de cultiver un lien avec l'élan vital.

Le sophrologue favorise auprès des groupes et des personnes l'émergence des ressources. Il transmet une pratique de la Sophrologie Intentionnelle ® en autonomie.

PROGRAMME 2021

MODULE 1 COMPETENCES FONDAMENTALES : Acquérir les bases et les fondements de la sophrologie et de la Relaxation Dynamique Intentionnelle - 80 Heures présentiels – 10 jours soit 5 séquences de 2 jours-1 000€ net

MODULE 2 ACCOMPAGNER Relation d'aide : Intégrer les bases de la relation d'aide et de l'approche centrée sur la personne -Acquérir les techniques spécifiques de la sophrologie- Savoir adapter la sophrologie aux différents contextes et besoins- 96 Heures présentiels- 12 jours soit 6 séquences de 2 jours-1 200€ net

MODULE 3 TRANSMETTRE Pédagogie : Apport de la sophrologie pour une pédagogie Active- Sophrologie enfant et adolescents- Parentalité- Elaborer et structurer des programmes pertinents en sophrologie - 48 Heures présentiels – 6 jours soit 3 séquences de 2 jours- 600€ net

MODULE 4 INTEGRATION Posture de sophrologue : Témoigner des Savoir-Être et Savoir-Faire acquis et de l'intégration d'une posture éthique et réflexive au service des personnes accompagnées
16 Heures présentiels – 2 jours 1 séquence de 2 jours- 200€ net

MISE EN ŒUVRE PRATIQUE : 60 heures : Animation de groupe 40H et accompagnement individuel 20H

PARCOURS TOTAL : 300H – 3 000€ net = 240 Heures présentiels sur 30 jours - 60 heures de mise en œuvre pratique **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION** : Elisabeth PEREZ

LIEU DE FORMATION : Axtome : 75 rue Marcelin Berthelot. Antelios II Bât E. 13100 Aix-en-Provence

LA SOPHROLOGIE INTENTIONNELLE-RDI® : La Sophrologie Intentionnelle® est une voie de la sophrologie qui s'appuie sur la puissance de l'intention pour valoriser l'émergence des ressources. La Sophrologie Intentionnelle® permet de prendre conscience de ses ressources, de ses capacités positives et de ses valeurs. Elle permet d'établir en soi une connexion profonde entre le corps et l'esprit.

Dans les séances de RDI® nous apprenons à habiter notre corps, à vivre la puissance de notre Imaginaire, à établir les bases d'une somatisation positive, à actualiser nos valeurs, à nous réconcilier avec notre passé et à nous mettre en projet.

Les séances de RDI® s'adressent à toute les personnes désireuses de renouer avec leur intériorité et leurs ressources personnelles pour pouvoir les rendre opérantes dans leur existence.

Avec des termes simples, structurants, avec la mobilisation de l'intention qui donne une orientation précise aux séances de RDI®, les sophrologues disposent d'une méthodologie pertinente pour permettre l'adaptation à différents contextes et publics. Les sophrologues apprennent avec les principes de la Sophrologie Intentionnelle® à construire un cadre d'Alliance au service de relations porteuses de vie.

CALENDRIER 2021/22 en cursus WE sur 12 mois ou 15 mois

MODULE 1

- Séquence 1 : 25/26 septembre 2021
- Séquence 2 : 16/17 octobre 2021
- Séquence 3 : 13/14 novembre 2021
- Séquence 4 : 27/28 novembre 2021
- Séquence 5 : 18/19 décembre 2021

Ou MODULE 1

- Séquence 1 : 23/24 janvier 2022
- Séquence 2 : 05/06 février 2022
- Séquence 3 : 26/27 février 2022
- Séquence 4 : 12/13 mars 2022
- Séquence 5 : 26/27 mars 2022
-

MODULE 2

- Séquence 1 : 09/10 avril 2022
- Séquence 2 : 23/24 avril 2022
- Séquence 3 : 07/08 mai 2022
- Séquence 4 : 21/22 mai 2022
- Séquence 5 : 11/12 juin 2022
- Séquence 6 : 25/26 juin 2022

MODULE 3

- Séquence 1 : 03/04 septembre 2022
- Séquence 2 : 17/18 septembre 2022
- Séquence 3 : 29/30 octobre 2022

MODULE 4

- Séquence 1 : 03/04 décembre 2022

PUBLIC : La formation s'adresse à toute personne désireuse d'intégrer une posture de sophrologue pour pouvoir conduire des séances de sophrologie dans les différents contextes de son choix (Développement personnel, Développement Professionnel, Milieu institutionnel, Milieu associatif, Education, Enfance, Handicap, Santé, Sport, Organisations de travail).

L'articulation de l'apprentissage en quatre modules permet à chacun de construire son propre parcours adapté à sa réalité personnelle et professionnelle et à son rythme.

Le parcours est construit autour de la pratique personnelle, de l'expérimentation et la mise en œuvre pratique. **AUTOFINANCEMENT** : INSCRIPTION PAR MODULES par mensualités sans frais ou au comptant

DECOUVERTES GRATUITES DE LA SOPHROLOGIE ET DU PARCOURS DE FORMATION sur Inscription obligatoire
Les dates sont consultables sur le site www.parcours-formation-sophrologie.com

Dimanche 4 juillet 10h-12h00

Dimanche 29 Août 10h-12h00

Dimanche 19 septembre 10h-12h00