

CONVENTION DE FORMATION

SOPHROLOGIE

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021

INSTITUT EDUCASENS

Centre de formations et de bien-être

PRESENTATION

La formation proposée par l'**Institut EDUCASENS** s'adresse à toute personne désireuse d'enrichir ses connaissances, d'obtenir de nouveaux outils afin de parfaire son bien-être.

Cette formation s'adresse également aux personnes intéressées par le métier de sophrologue, les préparant à l'exercice de cette profession.

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour suivre cette formation.

Il s'agit d'une formation pratique alliant théorie et mises en situation.

Lieu - Durée

À Saint Valérien (89150) : 300 heures dont 225 heures en cours présentiels et 75 heures (temps de travail personnel à la rédaction d'un bilan personnel).

Moyens pédagogiques

- supports de cours
- ateliers pratiques
- animations de séances par le stagiaire
- étude de cas
- Evaluations pratiques

Validation

Des exercices d'aptitude sont effectués tout au long de la formation. Un bilan personnel devra être rédigé par le stagiaire pour la fin de formation. Un certificat sera remis au terme de la formation suite à l'évaluation positive à l'ensemble des éléments de contrôle de connaissance.

© *Copyright – INSTITUT EDUCASENS 2013*

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021

INSTITUT EDUCASENS

Centre de formations et de bien-être

PROGRAMME

Etude du 1^{er} cycle – Cycle Fondamental

Fondements de la sophrologie.

- Définition de la sophrologie.
- Présentation des fondements de la sophrologie (son fondateur, Alfonso CAYCEDO, les évolutions depuis 1960 à aujourd'hui, les différentes influences de la sophrologie).
- Présentation des principes de base de la sophrologie : les origines, les objectifs, les différentes pratiques.
- Présentation des différents degrés de la démarche sophrologique (la Découverte, la Conquête, la Transformation).
- Principes de bases.
- La notion de « conscience » en sophrologie : définition.
- Les états et les niveaux de « conscience » en sophrologie (définitions, le niveau sophroliminal).
- Le schéma corporel.
- La notion de vivance.

Apprentissage et Pratique des techniques

- Les techniques de bases.
- Présentation des différentes zones du corps (des « systèmes »).
- Les 4 premiers degrés de la relaxation.
- Présentation, protocoles, postures et exercices.

Etude du 2^{ème} cycle – Cycle Radical

Fondements du cycle de la « Conquête ».

- La question radicale : définition, présentation.
- Le Moi Phronique Radical : définitions, les qualités du Moi Phronique.
- L'énergie : définitions, les trois formes : Epsilon, Omphilon, Omicron.
- La conscience cellulaire.
- Notion de Son Phronique.
- Notion de Conscience Phronique Radicale.

Apprentissage et Pratique des techniques

- Technique préparatoire.
- Les degrés 5 à 8 de la relaxation.
- Présentation, protocoles, postures et exercices.

© Copyright – INSTITUT EDUCASENS 2013

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021

INSTITUT EDUCASENS

Centre de formations et de bien-être

Etude du 3^{ème} cycle – Cycle Existentiel

Fondements du cycle de la « Transformation ».

- Notion de valeurs existentielles : définition, présentations.
- Notion de conscience moléculaire.
- Notion de transportation.
- Notion de liberté existentielle.
- Notion de tridimensionnalité des objets.
- Notion de Dignité Phronique Existentielle.

Apprentissage et Pratique des techniques

- « Technique-clé » du 3^{ème} cycle.
- Les degrés 9 à 12 de la relaxation.
- Présentation, protocoles, postures et exercices.

Les applications de la sophrologie

- Les différents champs d'applications.
- Les différentes indications.

Etude de techniques complémentaires

- L'apport de la sophrologie et la gestion du stress.
- L'apport de la sophrologie dans les troubles du sommeil.
- L'apport de la sophrologie en entreprise.
- L'apport de la sophrologie et confiance en soi...

Préparation au métier de sophrologue

- Cadre légal, déontologie.
- Installation professionnelle : modalités, faisabilité.
- Accompagnement du projet personnel.

Bilan personnel

- Présentation, objectifs.
- Accompagnement.

© *Copyright – INSTITUT EDUCASENS 2013*

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021

INSTITUT EDUCASENS

Centre de formations et de bien-être

REGLEMENT INTERIEUR

Entre L'Institut EDUCASENS et l'entreprise
ou le stagiaire Nom, prénom du stagiaire
Organisme de Formation : Institut EDUCASENS est conclu le contrat suivant : en application de l'article L 920-13.

Article 1

L'organisme de formation dispense la formation en Sophrologie.
Nature de l'action : formation

Détails de la formation :

- Présentation des bases théoriques de la sophrologie : définitions, fondements et principes.
- Intégration au niveau théorique et pratique de la conduite et de l'animation des différentes techniques de la sophrologie.
- Comprendre et intégrer les implications pratiques et les enjeux de la relation du corps et de l'esprit.
- Acquérir au niveau théorique et pratique, une méthode de travail visant une meilleure gestion des situations de stress, de conflits, de déséquilibres et un mieux-être.
- Moyens pédagogiques : supports de cours, démonstrations et applications des techniques enseignées.
- Modalité de contrôle des connaissances et sanction de la formation : des exercices d'aptitude sont effectués tout au long de la formation. Un bilan personnel devra être rédigé par le stagiaire pour la fin de formation. Un certificat sera remis au terme de la formation suite à l'évaluation positive à l'ensemble des éléments de contrôle de connaissance.
- Durée de la formation : 300 heures dont 225 heures en cours présentiels et 75 heures (temps de travail personnel à la rédaction d'un bilan personnel).
- Lieu de la formation : les cours auront lieu au 71 rue de la République, 89150 Saint Valérien.
- Le paiement de 30% de la formation se fera lors de l'inscription. Le solde se fera dès le premier jour de la formation.
- Le présent règlement est établi conformément aux dispositions du code du travail.

Article 2

- Suite à l'inscription des stagiaires par l'entreprise, ou à titre personnel, si le stagiaire ne se présente pas en cours, les cours restent dus.

Article 3

- En cas de cessation de formation par le stagiaire, la société ou le stagiaire est seule responsable et devra s'acquitter des sommes dues.

© Copyright – INSTITUT EDUCASENS 2013

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021

INSTITUT EDUCASENS

Centre de formations et de bien-être

Article 4

- Le stagiaire a la possibilité de se rétracter. Il a pour cela un délai de deux semaines à compter de la date d'inscription (le cachet de la poste faisant foi).

Article 5

- En cas de litige, les cocontractants conviendront, préalablement à toute action en justice, des modalités de règlement amiable des difficultés auxquelles peuvent donner lieu l'exécution de la convention.

Article 6

- La présente convention prend effet à compter de la date de l'inscription dûment remplie par le stagiaire.

Article 7

- Les stagiaires s'engagent à se comporter correctement pendant le déroulement des cours et sur le lieu de stage, de façon à permettre un enseignement harmonieux.
- En cas de problème, l'organisme de formation se réserve le droit de demander au stagiaire de ne plus se présenter en cours, du fait de son comportement préjudiciable au bon déroulement de l'enseignement. Tous les cours seront dus.

Article 8

- Tous les supports de cours fournis aux étudiants sont la propriété de l'Institut EDUCASENS. Ils ne peuvent en aucune manière être utilisés à d'autres fins que celles de supports de travail pour l'élève. Si les supports de cours de l'Institut EDUCASENS venaient à être utilisés pour enseignement, reproduction sans autorisation de l'Institut EDUCASENS, celle-ci s'autorise toutes poursuites pour mettre fin à cette utilisation.

© *Copyright – INSTITUT EDUCASENS 2013*

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021

INSTITUT EDUCASENS

Centre de formations et de bien-être

BULLETIN D'INSCRIPTION

Sophrologie – Sens (Saint Valérien)

3900€

Nom :
Prénom :
Adresse :
Ville :Code postal :
Tel. :
Email :

Certifie avoir pris connaissance du règlement intérieur.

Fait à :le :

Lu et approuvé

Signature

Cocher la case correspondant à votre choix.

Renvoyer ce coupon accompagné d'un chèque correspondant à 30% du montant de la formation choisie à l'ordre de : *MONJO Sandrine, 71 rue de la République, 89150 Saint Valérien.*

INSTITUT EDUCASENS

71 rue de la République, Saint Valérien 89150

06 62 69 27 91

Agrément N° 26 89 01197 89

N° de siret 52804568500021