

I.S.S.O.
Institut de Sophrologie du Sud-Ouest



**STAGES PONCTUELS
2010/2011**

I.S.S.O. - Institut de Sophrologie du Sud-Ouest

Siège social : 42 Rue de Metz 31000 Toulouse - ☎ 06.46.48.28.17 - ☎ 06.14.53.15.68

SARL au capital de 2 000 € - 504 784 265 R.C.S. TOULOUSE - code APE 8559B

✉ contact@sophrologie-sudouest.com - Site Internet : www.sophrologie-sudouest.com

BIOLOGIE DU STRESS

Christine EGLEME (Sophrologue du Centre de Gestion du Stress de l'Ain).
2 jours : du Samedi 27 au Dimanche 28 Novembre 2010



La connaissance de l'utilité des mécanismes physiologiques, émotionnels et psychiques du stress a débouché sur la recherche de solutions adaptées à sa gestion. La sophrologie propose une vision ouverte et inventive de solutions préventives efficaces d'adaptation comportementale face au stress afin que celui-ci soit adaptatif, positif et orienté de façon vitale vers l'action.

PRIX DU STAGE

Individuel : 250€

Stagiaire – Ancien élève : 200€

SOPHRO-ENERGETIQUE

Jean Claude CHIGNAGUÉ

3 jours : du Vendredi 28 au Dimanche 30 Janvier 2011

Stage « validation CEPS »



Synthèse de la sophrologie, de la physique moderne et des lois de la tradition orientale, ce stage propose une vision nouvelle de la conscience humaine. En effet, les découvertes récentes des lois de l'énergie ont l'avantage de nous permettre de mieux comprendre notre vie au quotidien, nos relations avec nous même, avec autrui et avec le monde. La sophrologie dans sa conception énergétique nous fait prendre conscience du fait que chaque homme est libre de ses actes mais responsable de lui même et du monde dans lequel il vit. Elle aide à comprendre pourquoi un environnement harmonieux est indispensable à l'épanouissement de notre humanité.

Pour cela il faut commencer par se connaître soi même et s'harmoniser pour mieux vivre notre relation au quotidien. Pour pouvoir s'harmoniser, il faut que notre énergie, véritable moteur de notre existence, soit elle même en harmonie. Malheureusement au fil des années les circuits énergétiques qui apportent la vie aux organes et au cerveau subissent des blocages à la suite de tensions physiques, mentales ou émotionnelles. Le but de notre entraînement sophro-énergétique est justement de lever ces tensions et de permettre à l'énergie de circuler librement selon les chemins naturels. L'homme en harmonie pourra alors s'ouvrir sur le monde extérieur.

PRIX DU STAGE

Individuel : 350€

Stagiaire – Ancien élève : 300€

SENSATION, EMOTION, PERCEPTION

Bernard SANTERRE

3 jours : du Vendredi 18 au Dimanche 20 Février 2011

Stage « validation CEPS »



Utilité de la sophrologie pour éviter ou améliorer les troubles liés à une émotivité trop grande. Exercices pratiques de sophrologie, expérimentation de la méthode Vittoz et apports théoriques pour faire la différence entre sensation, perception, sentiment et émotion

PRIX DU STAGE

Individuel : 350€

Stagiaire – Ancien élève : 300€

SOPHRO-LUDIQUE®

Claudia SANCHEZ et Ricardo LOPEZ

3 jours : du Vendredi 16 au Dimanche 18 Septembre 2011

Stage « validation CEPS »



La Sophrologie Ludique® n'est pas une « autre sophrologie », elle est juste une pédagogie de la Sophrologie Sociale et de la connaissance de soi. Elle est basée sur les mêmes principes de la Sophrologie Caycedienne, et la rend plus accessible, adaptable et applicable dans la vie de tous les jours.

Elle est un outil également pour tous les professionnels Sophrologues, de l'enseignement et de la relation d'aide qui veulent compléter leurs approche d'une manière ludique et pratique grâce aux « dynamiques sophroludiques ».

La Sophrologie Ludique® utilise l'expérience du corps à travers le mouvement, la verticalité, l'enracinement, la posture, la marche, la présence, le lâcher prise, la relation, l'expression, la conscience, le plaisir, la créativité, la compréhension, le ludisme, le jeu, la clarté, la profondeur joyeuse, l'éveil, la vivance, le bonheur, la dynamique du groupe, la concentration, l'autonomie, la rencontre, le centre, le respect du cadre. Elle donne une grande importance au phénomène de rencontre avec les autres, et tire un grand avantage de la dynamique du groupe.

PRIX DU STAGE

Individuel : 350€

Stagiaire – Ancien élève : 300€

RELATION ET COMMUNICATION

Alain ZULLI et Anaïs ZULLI

4 jours : du Jeudi 3 au Dimanche 6 Novembre 2011

Stage « validation CEPS »



L'écoute ne doit pas tomber dans des pièges classiques comme la sympathie, l'évaluation, le jugement, la solution au problème, l'interprétation, l'investigation... Ce sont hélas remarques courantes qu'il nous faut reconnaître pour les éviter. L'écoute réelle de soi et de l'autre n'est pas innée mais acquise au prix d'une attitude honnête envers autrui et d'une autodiscipline exigeante.

Les parasitages de nos propres ressentis, de nos propres résonances sont aussi causes d'infléchissement de la parole de l'autre : elle n'est plus entendue de là où elle est dite , ... mais de là où il nous est plus confortable de l'entendre !

Grâce aux jeux de rôles, aux très nombreux sous-groupes, aux mises en situation grandeur nature (un écoutant, un écouté, deux observateurs), nous vous aiderons à mettre en place de nouveaux modes de relations :

- ✓ empathiques, compréhensifs, exploratifs, dans l'esprit de Carl Rogers et de l'approche centrée sur la Personne,
- ✓ de pointer aussi le rôle, le cadre de l'écouter dans les partages post sophroniques et les entretiens individuel,
- ✓ de découvrir des séances adaptées au travail de communication à la fois pour l'accompagnant ainsi que pour l'accompagné.

PRIX DU STAGE

Individuel : 450€

Stagiaire – Ancien élève : 400€

DECOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE

Régine PHILIP et Alain ROSSIGNOL

Samedi 25 et Dimanche 26 Septembre 2010

Samedi 19 et Dimanche 20 Février 2011

Samedi 24 et Dimanche 25 Septembre 2011



Objectifs:

Permettre aux participants :

- ✓ De savoir ce qu'est la Sophrologie,
- ✓ De connaître les champs d'application de la Sophrologie et les fonctions d'un sophrologue
- ✓ D'apprendre les principales techniques de base pour leur pratique quotidienne
- ✓ D'approfondir leur motivation et intérêt pour un cursus complet de formation.
- ✓ De connaître l'Institut, son enseignement et son équipe pédagogique

Pédagogie :

- ✓ Une partie théorie : pour comprendre son origine, la situer dans l'ensemble des thérapies complémentaires, appréhender ses principes de base, connaître sa méthodologie, ses champs d'application et tout ce qu'elle peut apporter dans les domaines professionnels et personnels.
- ✓ Une partie pratique : car la sophrologie est avant tout à vivre. Les exercices de base, en particulier la respiration, l'apprentissage de la relaxation, de la concentration, de la visualisation positive, seront expérimentés pour permettre à chacun d'élaborer sa propre méthode d'entraînement.

PRIX DU STAGE

Individuel : 150€

Déduits du montant de la formation en cas d'inscription au cursus professionnel (Cycle Fondamental ou Cycle complet)

LIEU DE FORMATION

Le centre de formation de l'Institut est situé dans les locaux de La Mane à Balma, dans un petit îlot de verdure, au calme, en proche banlieue toulousaine.

La Mane

9 Avenue de Lagarde

31130 Balma

Tel: 05.61.24.19.99

Accessible par tout moyen de locomotion :

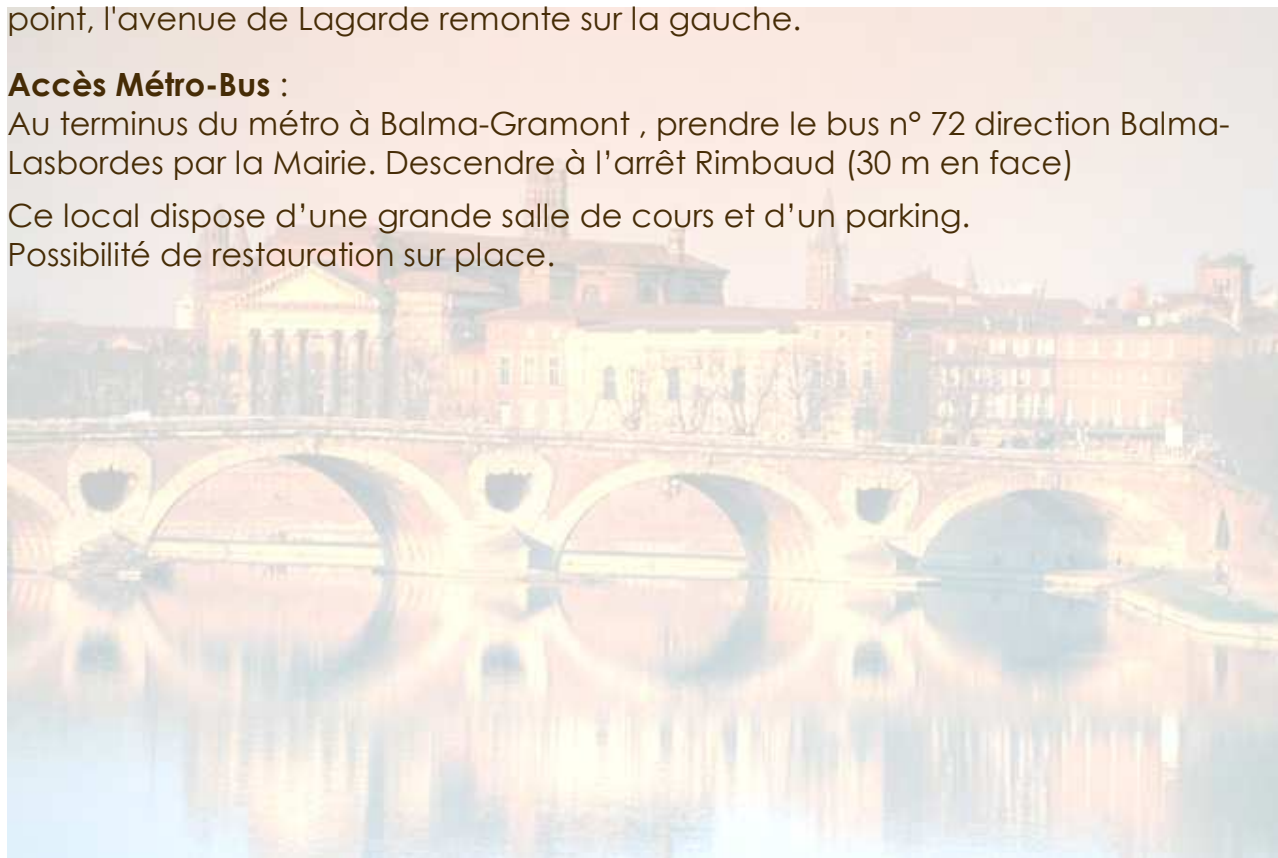
Sorties 16 ou 17 de la rocade de Toulouse. Par la sortie 16, tourner en direction de Balma, tourner à droite au deuxième rond-point, tout droit pendant 1 km, passer deux ronds-points..., passe sur votre gauche, le Lycée de Saliège, prochain rond-point, l'avenue de Lagarde remonte sur la gauche.

Accès Métro-Bus :

Au terminus du métro à Balma-Gramont , prendre le bus n° 72 direction Balma-Lasbordes par la Mairie. Descendre à l'arrêt Rimbaud (30 m en face)

Ce local dispose d'une grande salle de cours et d'un parking.

Possibilité de restauration sur place.



PLAN D'ACCES



HEBERGEMENTS PROCHES

(Environ 1 à 2 kms du lieu de formation)

Nom	Adresse	Téléphone
Hôtel Kyriad Est Balma	6 avenue Charles de Gaulle 31130 Balma	0561243399
Hôtel campanil cité de l'Espace	Impasse René Mouchotte 31500 Toulouse	0561544625
Hôtel Etap Hotel cité de l'Espace	4 rue Maurice Hurel 31500 Toulouse	0892683258
Hôtel Etap Hotel Labège Innopole	Innopole voie garance 31670 Labège	0892683127
Hôtel B & B Cité de l'Espace	Impasse René Mouchotte 31500 Toulouse	0892788101
Hôtel Fast hôtel Balma	Rue Louis Renault 31130 Balma	0561240480
Hôtel Campanil Labège Innopole	Rue de la découverte 31670 Labège	0561398383



BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM :PRENOM :

N° : Rue, Av, Bd :

CODE POSTAL : VILLE :

TEL PROF. : PERSONNEL :

PORTABLE : EMAIL :

PROFESSION : DATE DE NAISSANCE :

Je désire m'inscrire au(x) module(s) suivant(s) :

RELATION COMMUNICATION A TITRE PERSONNEL

SOPHRO-ENERGETIQUE ETUDIANT/STAGIAIRE

SENSATION/EMOTION/PERCEPTION

SOPHROLOGIE LUDIQUE

DECOUVERTE SOPHROLOGIE

Je souhaite régler ce(s) module(s) selon les conditions suivantes:

.....

Vous recevrez en retour de ce bulletin une convention de formation professionnelle en Sophrologie en double exemplaire dont vous devrez nous retourner un exemplaire signé.

DATE:

SIGNATURE:

Bulletin d'inscription à retourner à : ISSO – 42 Rue de Metz – 31000 Toulouse