

Institut Européen de Sophro-Analyse



Développement
personnel
&
Formation
professionnelle

2014 - 2015



La Sophro-Analyse Intégrative® au quotidien

Se reposer dans le
mouvement incessant
et imprévisible de la vie

Aimer
sans attente

Vivre le calme
mental

ÊTRE
Ne pas être
ceci ou cela ...
c'est Être
tout simplement



Communiquer
clairement ses désirs

Se sentir confiant
en sa capacité à faire face

Se laisser
sereinement
traverser par les
pensées et les émotions

Se régénérer
par la conscience corporelle

*Reconnaître et admettre sa vulnérabilité
est au cœur de la construction de notre identité.*

*C'est savoir s'accepter tel que l'on est ,
un être libre et non une mécanique qui obéit à des règles ,
et évoluer en accord avec soi.*

Jean-Claude Liaudet

Sommaire



La Sophro-Analyse Intégrative®

Avant propos	Page 4
Les 3 piliers de la Sophro-Analyse Intégrative®	Page 5
Présentation détaillée	Page 6

L'Institut

L'équipe pédagogique	Page 10
Les parcours de formation	Page 11

Développement personnel

Les Expérientiels	Page 12
Programme	Page 12
Week-End Découverte	Page 14
Se Rencontrer dans toutes ses dimensions	Page 15
L'union sacrée du Couple Intérieur	Page 16
L'éveil à Être Nature	Page 17
Témoignages	Page 18

Formation professionnelle

Cycle fondamental	Page 20
Programme	Page 23
Témoignages	Page 26
Formations complémentaires	Page 28
Réussir son installation	Page 30
Image du corps & comportement alimentaire	Page 31
Accueillir la vie	Page 32
Supervision & Rencontres	Page 33
Cycles d'approfondissements	
Maître-Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®	Page 34
Praticien en Sophrologie Intégrative®	Page 36

Les informations pratiques

S'inscrire	Page 38
Tarifs & modalités de paiement	Page 39
Calendrier	Page 40
Contrat d'inscription	Page 42



Au cœur de la Sophro - Analyse Intégrative®, il y a eu une recherche personnelle d'épanouissement de chacun des membres de l'équipe de l'Institut.

Nous n'avons pas tous suivi le même chemin, mais en chacun de nous s'est effectuée une transformation profonde qui nous a amené à nous rencontrer, à nous aimer et à élaborer ensemble un processus de croissance intérieure que nous appelons « Sophro-Analyse Intégrative® ».

Bien plus qu'une théorie de plus qui explique pourquoi nous sommes des êtres projetés dans une quête sans fin de reconnaissance de notre valeur intrinsèque, la Sophro-Analyse Intégrative® vous accompagne à retrouver Qui Vous Êtes Vraiment.

Ce processus se fait sur deux axes simultanés : comprendre pourquoi nous sommes en souffrance, et comment créer la vie dont nous rêvons.

La Sophro-Analyse Intégrative® réconcilie la voie occidentale de la psychothérapie avec la voie orientale de la méditation.

L'une et l'autre, nous semblent, complémentaires et indispensables à l'équilibre psychique, émotionnel énergétique et corporel. Les neurosciences s confirment !

Il nous a fallu des années pour que ces deux dimensions n'en fassent plus qu'une et que nous soyons prêts à vous la transmettre.

Soyez les bienvenus pour ce voyage

« Le bonheur n'est pas un événement, c'est une aptitude »

François de la Rochefoucauld





La Sophro-Analyse Intégrative®

La Sophro-Analyse Intégrative® réunit les trois dimensions essentielles de l'accompagnement thérapeutique : l'esprit, le corps et l'être fondamental que nous sommes vraiment au-delà de nos automatismes psychologiques.

Ce processus favorise l'émergence d'un état d'être vous permettant de retrouver votre valeur fondamentale en tant qu'être distinct, sexué et inter-relié à l'ensemble du vivant.

La Sophro-Analyse Intégrative® est la rencontre de trois grands piliers de la connaissance de Soi.

La psychothérapie

Le processus psychothérapeutique en Sophro-Analyse Intégrative® est constitué de deux étapes fondamentales :

- Reconnaître, accueillir et pacifier votre histoire comme étant une part importante de vous-même.
- Identifier clairement les messages issus de votre passé auxquels vous souscrivez encore inconsciemment et qui impactent aujourd'hui votre sentiment d'identité.

La sophrologie

En parallèle, vous apprenez à vous relaxer et à porter sereinement votre attention sur ce qu'il se passe en vous.

Votre corps et vos émotions deviennent de précieux alliés dans la découverte de vous-même.

En devenant l'observateur sensoriel de votre monde intérieur, vous accédez de façon intuitive à vos besoins réels et ré-informez les messages limitants issus de votre passé.

La Tradition de la non-dualité

La Sophro-Analyse Intégrative® vous invite à questionner vos pensées plutôt que de les croire aveuglément. Ce questionnement vous permet de prendre conscience que tout votre paradigme de la réalité est en contradiction avec ce que nous révèle aujourd'hui la physique quantique et ce que nous disait déjà la philosophie de la non dualité : nous sommes tous inter-reliés et notre perception de l'extérieur est un reflet de notre monde intérieur. Croire en une séparation nous dépossède de notre puissance créatrice. Devenir le Témoin, nous ouvre à

La rencontre neuve que propose la Sophro-Analyse Intégrative® fait naître, naturellement et sans effort, une transformation profonde au niveau mental, émotionnel, corporel et énergétique.

SOPHRO - ANALYSE

... Un esprit paisible

... Un cœur aimant

... Un corps vivant

Des relations conscientes

Qu'est-ce que la Sophro-Analyse

La Sophro-Analyse Intégrative® réunit la voie orientale - *Méditation et Sophrologie* - et la voie

occidentale - *Psychothérapie* - de la réalisation de soi. Autrement dit, elle considère l'homme dans son histoire de vie - de sa conception à aujourd'hui - et voit également qu'à chaque instant celui-ci projette inconsciemment son monde intérieur sur son environnement extérieur car il a désappris ce qu'il est vraiment afin de répondre aux attentes de sa famille et de la société pour être aimé et reconnu.

La Sophro-Analyse Intégrative®, enseignée au sein de l'Institut Européen de Sophro-Analyse Intégrative®, permet une transformation profonde, durable et unique car elle agit *simultanément* dans les dimensions mentale, émotionnelle, corporelle et énergétique.

La Sophro-Analyse Intégrative® est un puissant processus d'auto-questionnement des représentations mentales que les personnes vivent en étant à l'écoute de leur ressentis, de leurs émotions et de leurs postures corporelles.

Ce processus amène les personnes à s'éveiller à leur vraie nature.

Afin d'aider les personnes à augmenter la sensibilité corporelle et à développer le calme mental, la Sophro-Analyse Intégrative® propose des méditations, des visualisations symboliques et plusieurs types de respiration consciente.



Méditation active

Sophro-relaxation

Visualisation créatrice

Processus d'auto-questionnement

L'objectif de la Sophro-Analyse Intégrative® est de développer le muscle de la conscience, de favoriser l'ouverture du cœur, de rendre le corps plus vivant en déployant l'énergie vitale et de vivre des relations conscientes.

Elle favorise également la réintégration consciente et harmonieuse des parties oubliées ou rejetées de nous-mêmes afin de retrouver notre valeur fondamentale en tant qu'être vivant, unique, inter-relié et sexué.

La Sophro-Analyse Intégrative® s'inscrit dans une démarche psycho-corporelle qui peut être vécue en groupe ou en séance individuelle.

Elle se vit dans une démarche d'authenticité et d'autonomie tout en mettant l'accent sur la richesse de la relation entre les personnes.



Un esprit paisible

La Sophro-Analyse Intégrative® vous invite à questionner vos pensées et images mentales, en plusieurs

*Soit vous croyez
vos pensées,
soit vous les
remettez en cause.*

*Il n'y a pas
d'autre choix*

Byron Katie

- **Prendre conscience des conséquences de nos représentations mentales** sur nous-mêmes, nos relations et notre vie. Nous mesurons alors pleinement ce que nous nous faisons subir, combien nous luttons contre ce qui est pour conserver une image de nous-mêmes conforme à nos croyances identitaires et comment nous sculptons notre corps avec nos pensées et nos émotions. Prendre pleinement conscience de nos représentations mentales, nous invite écologiquement à en évaluer le coût énergétique et les conséquences réelles dans notre vie.
- **Explorer avec curiosité et bienveillance nos représentations mentales.** Nous découvrons alors comment nous faisons vivre notre passé dans notre présent. Nous nous émerveillons de notre façon d'attribuer à autrui des aspects de nous-mêmes que nous réfutons. Autrement dit, nous regardons toutes les facettes de la projection de notre monde intérieur sur notre environnement extérieur et réintégrons consciemment et harmonieusement les parties reniées ou oubliées de nous-mêmes. Nous regardons également au travers des scénarios de vie comment nous continuons à répondre à des injonctions du passé.
- **Se libérer de l'image mentale dans l'ouverture du cœur.** Par la conscience corporelle, nous nous branchons sur une nouvelle vibration et nous nous mettons en disponibilité de voir avec notre cœur, le cadeau d'évolution contenu dans nos représentations mentales. Ce n'est pas nous qui lâchons-prise, ce sont nos représentations limitantes qui se dissolvent parce qu'elles ont

LA SOPHRO - ANALYSE

... Un esprit paisible

... Un cœur aimant

... Un corps vivant

Des relations conscientes

Un corps vivant



La Sophro-Analyse Intégrative® offre une mise en mouvement corporel afin de permettre à notre énergie vitale de se déployer librement.

Qu'est-ce qu'un corps pleinement vivant ? C'est un être humain libre de ressentir toute la gamme émotionnelle sans s'y identifier et sachant mobiliser son énergie vitale pour l'orienter vers des états d'expansion de conscience. Un corps pleinement vivant danse la vie et célèbre chaque instant car il en ressent toute la perfection.

Bien souvent, notre énergie vitale a été entravée par des conditionnements sociaux et familiaux. Alors, le corps devient un objet de jugement basé sur la comparaison, une arme de séduction ou une machine à produire un résultat ... Il cesse d'être pleinement vivant pour devenir l'objet d'un moi jamais totalement satisfait de lui-même. Nos postures corporelles reflètent fidèlement nos schémas de pensées inconscients et peuvent devenir une source importante de connaissance de soi.

La Sophro-Analyse Intégrative® nous invite à libérer le corps de l'emprise des concepts et des émotions trop longtemps refoulés ainsi qu'à apprendre à mobiliser notre énergie vitale au service d'une vie plus consciente, aimante et joyeuse.

Par la pratique de la relaxation, de la respiration consciente et de la méditation dynamique, nous apprenons à retrouver le calme, la sérénité et la joie de vivre.

L'énergie vitale circule alors avec fluidité de notre sacrum jusqu'à notre cœur et éclaire le mental d'une nouvelle conscience.

Lorsque notre corps est pleinement vivant, nos doutes existentiels se dissolvent et laissent place à la joie de vivre et à la paix intérieure.



Un cœur aimant

L'amour est un mot qui bien souvent relève plus du concept qu'une réalité pleinement vécue. L'amour est bien plus qu'un sentiment, il est une conscience qui accepte sans restriction ce qui est.

Lorsque nous vivons une expérience de façon totale, nous faisons l'expérience de l'amour. Il n'y a pas d'attachement, de désir narcissique ou de peurs sous-jacentes à cette acceptation pleine et entière. Aimer ne nous renvoie pas une image de nous-mêmes en tant qu'être aimant, utile ou élevé. Nous vivons tout simplement notre nature profonde sans que cela ne veuille rien dire sur nous-mêmes.

L'ouverture du cœur transforme de façon radicale nos perceptions, guérit nos blessures les plus profondes et invite l'intuition au centre de notre vie. Mais elle demande courage, honnêteté et dépassement de soi afin de voir l'amour au-delà des apparences.

Nous ne pouvons pas changer les événements ni les autres, mais nous pouvons changer de regard sur eux. La Sophro-Analyse Intégrative®

vous accompagne à pacifier les images mentales qui sont encore émotionnellement douloureuses en vous, en les questionnant et en vous invitant à vous mettre à la place de celui qui vous a blessé, agacé ou déçu ainsi qu'à voir avec compassion votre propre système relationnel.

Vous vous ouvrez naturellement à l'empathie en découvrant que les relations sont le terrain de jeu inconscient de nos projections comme de celles des autres. Puis, nous vous invitons à vous mettre à l'écoute de la sagesse de votre cœur et de sa puissance créatrice.

Par des visualisations spécifiques et des respirations favorisant la cohérence cardiaque, vous nourrissez ce nouveau regard sur la vie, les autres et vous-mêmes. Vos blessures du passé se transforment en

*De même que nous
sommes nus sous
nos vêtements,
l'amour est déjà
notre réalité
fondamentale
voilée par les
craintes et
les espoirs de l'ego.*

Arnaud Desjardins

Institut Européen

de

SOPHRO - ANALYSE

Notre devise :

« Enseigne ce que tu pratiques ! »

L'équipe pédagogique



Alain BELLONE

Directeur pédagogique
Formateur principal à Paris
Maître Praticien en Sophro-Analyse
Intégrative®



Birgit KOTZAN

Formatrice en Sophro-Analyse
Intégrative®
Formatrice en Sophrologie
Intégrative®
Animatrice du cycle Expérientiel



Laurence LEDROIT

Spécialiste en décodage des mémoires
pré-natales, en Sophro Fertilité et
Sophro Maternité
Maître Praticienne en Sophro-Analyse
Intégrative®

Membre de la **Fédération Internationale des Sophrologues-Analytiques Transdisciplinaires - FISAT**, agréée par la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse - FF2P.

Deux centres de formation :

- **Paris** : 177 rue d'Alésia 75014
- **Aix-en-Provence** : 580 avenue Mozart

Salons et conférence en France :

Nous sommes présents au **Salon Zen à Paris** au mois d'octobre, au **Salon Artémisia à Marseille** au mois de novembre.

L'historique :

L'institut créé en 1999 par le Docteur Claude Imbert est dirigé depuis 2014 par Alain Bellone, Maître Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®.

Claude Imbert avait choisi le terme « Sophro-Analyse » pour évoquer l'alliance de la Sophrologie et de l'Analyse Transactionnelle. Par la suite, elle avait mené des recherches scientifiques sur l'impact de la vie intra-utérine et de la naissance dans la constitution de la personnalité.

En reprenant l'institut en 2007, Gaëlle de Gabriac aux côtés de Benjamin Tournier a donné un nouvel essor à l'Institut. Elle a fait évoluer la Sophro-Analyse vers une psychothérapie corporelle qui propose un accompagnement simultané au niveau cognitif, émotionnel, corporel et énergétique.

Aujourd'hui, la Sophro-Analyse Intégrative® est reconnue comme une voie simple, accessible et profonde pour retrouver l'amour et la sérénité

Les parcours de formation



Les Expérientiels

Développement personnel

Le week-end Découverte

Trois séminaires résidentiels

1. **Se Rencontrer** dans toutes ses dimensions
2. L'Union Sacrée du **Couple Intérieur**
3. L'éveil à **L'Être Nature**

Le Cycle fondamental

Formation professionnelle diplômante

Formation de base de 329 heures dont 266 h en présence

Diplôme de Praticien en Sophro-Analyse intégrative®

Les Cycles d'approfondissement

Formation professionnelle continue

Sophrologie Intégrative®

Formation de 96 heures
dont 84 en présence

**Diplôme de
Sophrologie intégrative®**

Autres formations

- ◆ Réussir son installation
- ◆ Accueillir la vie
- ◆ Quelle image du corps ...
pour quels comportements alimentaires
- ◆ Supervision et rencontres

Autres formations en résidentiel

1. L'Union Sacrée du Couple Intérieur
2. L'Être Nature

Sophro-Analyse Intégrative®

Formation de 84 heures
en présence

**Diplôme de
Maître Praticien
en Sophro-Analyse Intégrative®**



Les Expérientiels

Formation personnelle en Sophro-Analyse Intégrative®

3 week-ends

Le contenu de la Formation Personnelle

La formation personnelle en Sophro-Analyse s'adresse à toutes les personnes souhaitant s'engager dans un puissant processus de transformation psycho-corporelle.

Le cursus se déroule sur un cycle de 3 stages appelés LES EXPERIENTIELS, de 5 jours chacun en résidentiels, le premier en région Parisienne et les deux autres dans le sud de la France (Gard).

La formation personnelle en Sophro-Analyse est un subtil mélange de théorie et d'expérimentation vous invitant à vous rencontrer avec curiosité et bienveillance dans vos dimensions mentale, émotionnelle, corporelle et énergétique.

Durant ce voyage initiatique, vous développez un esprit paisible, un cœur aimant et un corps vivant et expérimentez des pratiques issues de la psychothérapie, de la Sophrologie, du Tantra et de la Méditation.

Durant ces séminaires de Trans'Formation

- ◆ Vous apprenez à identifier puis à désactiver les mécanismes psychologiques qui génèrent tant d'incompréhension dans les relations personnelles et professionnelles.
- ◆ Vous cheminez vers un état d'amour pour votre corps et vous laissez les tensions du passé se dissoudre par la pratique de la libération des cuirasses psycho-corporelles.
- ◆ Vous explorez et rééquilibrez les quatre besoins fondamentaux de tout être humain : l'attachement, l'autonomie, la sexualité et la réalisation de soi.
- ◆ Vous développez une nouvelle conscience corporelle ouverte au plaisir, à la détente et à la joie d'être en pratiquant la Sophrologie, la Méditation active et la danse consciente.
- ◆ Vous êtes initiés à des pratiques de respiration permettant de relier le corps, le cœur et l'esprit et vous ouvrant à une fluidité de vos 7 centres énergétiques.



Week-End Découverte de la Sophro-Analyse

7 & 8 mars 2015 / 10 & 11 octobre 2015

Vous souhaitez vous engager sur un chemin de transformation personnelle ou êtes désireux de découvrir la sophro-analyse intégrative® avant de vous lancer dans la formation professionnelle ? Nous vous proposons d'en vivre l'expérience sur un week-end !

1. SE RENCONTRER dans toutes ses dimensions

5 jours (Région Parisienne)

« Comprendre » et « Agir » forment les thèmes centraux de ce séminaire qui vous donne les clefs essentielles de compréhension et celles qui ouvrent à une nouvelle vie : la puissance créatrice de l'intention portée par le Souffle, le Mouvement, le Son.

Au travers de méditations actives, de pratiques de Sophrologie et de danse vous allez à la rencontre de vous-même. En rencontrant votre enfant intérieur vous faites les premiers pas pour pacifier votre passé. En apprenant à développer en vous le processus de la thérapie méditative que propose la Sophro-Analyse, vous vous ouvrez à celui ou celle que Vous Êtes Vraiment.

2. L'union sacrée DU COUPLE INTERIEUR

5 jours (Prés de Montpellier)

Ce stage vous propose de contacter vos dimensions féminine et masculine afin de libérer votre sexualité de ses freins et de vous reconnecter à votre pulsion naturelle de vie et d'amour

3. L'éveil à L'ÊTRE NATURE

5 jours (Prés de Montpellier)

Contacter votre Nature Véritable, votre Soi est l'objet de ce séminaire qui s'inscrit dans le prolongement des deux premiers.

Les Expérientiels

WEEK-END DECOUVERTE

De la Sophro-Analyse intégrative®

Week-end à Paris

Vous souhaitez vous engager sur un chemin de transformation personnelle ou êtes désireux de découvrir la sophro-analyse intégrative® avant de vous lancer dans la formation professionnelle ? Nous vous proposons de faire l'expérience de ce processus de "Trans'formation" unique de que propose la sophro-analyse intégrative®, une véritable Méditation Thérapeutique".

« Comprendre » et « Agir » forment les thèmes centraux de ce séminaire. Cela vous ouvre à une nouvelle perception de vous-même, de ce que vous vivez et surtout vous aide à devenir un acteur conscient et responsable de votre vie.

Nous créons la plus grande partie de notre souffrance par méconnaissance et par habitude. Mais aujourd'hui peut être différent d'hier. Ce qui constituait une souffrance peut devenir une source de croissance extraordinaire au service de notre sécurité et liberté intérieure. La sécurité et la liberté intérieure nous ouvrent tout naturellement à l'amour de ce qui est.

Avant de pouvoir vivre cet état naturel, nous avons besoin de courage pour oser voir comment nous sommes l'acteur principal de notre souffrance et oser sortir de nos habitudes émotionnelles. C'est l'objectif de ce séminaire : vous donnez les clefs essentielles de compréhension et l'impulsion d'agir.

Durant ces deux jours, vous aurez une vision globale des enjeux d'être soi et découvrirez des méditations actives, des pratiques de Sophrologie et de danse méditative qui vous permettrons d'entamer votre chemin vers vous-même.

Tarifs :

280€

Date

7 & 8 mars 2015

10 & 11 octobre 2015

Pré-equis

Toutes personnes désireuse de s'engager sur un chemin personnel ou intéressée par la formation professionnelle et souhaitant faire l'expérience de la Sophro-Analyse.

Lieu :

97 rue Didot 75014 Paris

Horaire:

Samedi: 9h30—18h

Dimanche: 9h30—17h

Intervenants :

Alain BELLONE

Programme :

- ◆ Connaître les étapes de la construction de la psyché
- ◆ Repérer les 3 grands principes de la psyché sur soi
- ◆ S'initier au processus de Sophro-Analyse
- ◆ Pratiquer les clefs de la libération: le souffle, le mouvement et le son
- ◆ Découvrir des méditations actives et des sophro-relaxations.

SE RENCONTRER

Dans toutes ses dimensions

Séminaire Résidentiel en Région Parisienne

Comment être l'acteur de notre vie si des croyances inconscientes nous limitent et nous font réagir au lieu d'agir ? Comment pourrions nous être dans des relations authentiques et harmonieuses avec les autres si nous avons du mal à être en intimité avec nous même ? Comment marcher d'un pas paisible dans le présent si nous ne sommes pas en paix avec notre passé ? Comment accueillir nos émotions si nous sommes coupés de nos ressentis ?

Si en 5 jours, pas de miracle, toutes ces questions ne seront pas résolues, en revanche l'expérience que vous propose ce premier séminaire du cycle *Les Expérientiels* vous permettra de *vous rencontrer dans toutes vos dimensions* : psychologiques, émotionnelles, corporelles, spirituelles et énergétiques.

Vous découvrirez des pratiques de sophro-relaxation, des méditations actives et créatives et de sophrologie intégrative qui vous reconnecteront à vos sensations et au présent. Celles-ci vous permettront de contacter votre Observateur Conscient et de pouvoir ré-explorez votre histoire. Ainsi vous rencontrerez votre enfant intérieur et dialoguerez avec votre parent intérieur pour restructurer le passé.

Ainsi, fort d'une approche théorique qui vous fera comprendre les principaux mécanismes de la psyché, vous pourrez non seulement gagner en compréhension de vous-même, mais surtout pacifier votre histoire pour laisser émerger en vous une nouvelle énergie de vie, plus paisible, confiante et créative pour mieux vivre votre vie au présent.

Programme :

- ◆ Rencontrer son corps et découvrir des pratiques de sophro-relaxation et de méditations actives.
- ◆ Créer une libre circulation dans les centres énergétiques: méditations actives, danse et chant spontanés, rituels de ré-information.
- ◆ Rencontrer et explorer l'enfant intérieur
- ◆ Réconcilier le couple enfant intérieur-parent intérieur
- ◆ Expérimenter les clefs de la respiration en pleine conscience
- ◆ Comprendre les principaux principes de la psyché.
- ◆ Partage sur les expériences de Sophro-Relaxation et dessins projectifs.

Tarifs :

680 euros Fractionnable en deux fois + pension complète.

Pour les couples : -50% pour le conjoint, soit 1020 pour un couple.

Date

En cours de définition

Pré-equis

Toutes personnes désireuse de s'engager sur un chemin personnel ou intéressée par la formation professionnelle et souhaitant faire l'expérience de la Sophro-Analyse.

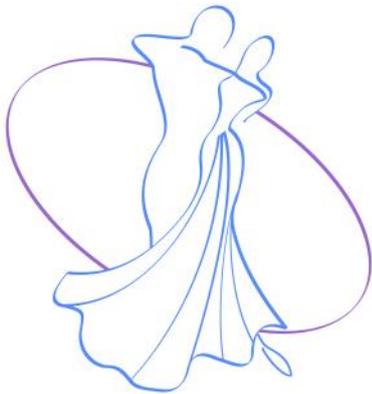
Lieu :

Lieu à définir

Intervenants :

Alain BELLONE

Les Expérientiels



L'union sacrée du COUPLE INTERIEUR

Séminaires intensifs d'intégration de 5 jours ...

Programme

Accepter son corps et libérer les tensions accumulées

Rencontrer et explorer l'identité féminine et masculine

Réconcilier les polarités

Comment créer une libre circulation dans les centres énergétiques: méditations actives, danse et chant spontanés, rituels de ré-information

Apprendre à canaliser l'énergie vitale au service d'une sexualité épanouie

Expérimenter les clefs de l'union de Soi

tarifs :

5 au 9 Août 2015

Printemps 2016

680 euros Fractionnable en deux fois + pension complète.

Pour les couples : -50% pour le conjoint.

Pour les "anciens" participants désireux de vivre une nouvelle fois cette expérience nouvelle chaque année : 480€

Intervenants :

Alain BELLONE

Nathalie FLORVILLE

Lieu :

Hameau de l'Etoile à St Martin de Londres dans le Gard

Dans la vie quotidienne, la notion de couple s'entend comme la relation entre un homme et une femme, attirés l'un par l'autre par la force de l'amour. Au niveau inconscient, nos relations sentimentales sont le reflet de notre couple intérieur.

La relation amoureuse est un terrain fertile pour reproduire à l'identique ou à l'opposé le couple parental, pour rejouer les blessures émotionnelles vécues dans l'enfance. Elle permet également de se confronter à l'affirmation de sa différence et de sa réelle identité sexuelle.

La puissance de ce stage est de vous offrir l'opportunité d'équilibrer votre homme et femme intérieurs afin de libérer vos relations amoureuses de la reproduction inconsciente des schémas du passé.

Ce stage de cinq jours en résidentiel est un processus de Trans'Formation qui vous invite à expérimenter les clés fondamentales de l'union de Soi : **pratiques corporelles, émotionnelles et énergétiques.**

La magie de ce séminaire réside dans l'alliance de la méditation active, la respiration consciente, le dessin projectif et la ré-information psycho-corporelle. Cela vous amène à accepter de façon pleine et entière votre corps et à harmoniser vos énergies masculines et féminines pour retrouver en vous l'unité.

La profonde réconciliation du masculin et du féminin, vous permet de renouer avec une partie de vous sauvage, libre, passionnément aimante et respectueuse. Par cette union sacrée, vous créez un nouveau champs des possibles en vous et dans votre couple.

Si vous êtes thérapeute

Au niveau professionnel, comme vous l'avez sans doute constaté, nous sommes

amenés, que ce soit en Sophrologie ou en Sophro-Analyse, à accompagner des personnes à reconnaître leur féminité ou leur masculinité et à l'exprimer dans leur vie quotidienne tant personnelle que professionnelle.

La seule façon efficace de les accompagner est d'incarner vous-mêmes cet équilibre et d'apprendre les pratiques permettant de le leur faire vivre en séance individuelle ou de groupe.

L'éveil à L'ÊTRE NATURE

... en résidentiel dans le Sud de la France

L'ÊTRE est celui ou celle que vous êtes vraiment ... Au-delà des automatismes de l'esprit et derrière les contractions du corps, se love une chaude, douce et puissante pulsation qui anime tout le corps d'une vague extatique continue

En contact avec cette pulsation, nous redécouvrons notre nature extatique et tombons amoureux de l'existence ... Nous abandonnons notre addiction à la souffrance pour cultiver en nous et tout autour de nous la beauté, la joie, le plaisir, la communion et l'amour. **La dimension sacrée de la Vie devient une évidence qui emplit notre cœur de joie et donne sens à l'existence.**

Dès lors, vivre est un présent que nous honorons par la conscience de notre Souffle dans le moment présent. Il n'y a rien à faire ... simplement, vous laissez la respiration être libre, pleine et entière ... vous la laissez se déployer depuis votre bassin jusqu'au sommet de votre corps et la laisser repartir ... et... revenir dans un mouvement continu de flux et de reflux ...

Vous devenez tel l'océan : immense, libre, puissant et paisible ... Vous ressentez distinctement et simultanément l'océan, l'eau et le mouvement de la vague dans un feu d'artifice de sensation ...

Plus qu'un stage, **ces cinq jours sont une invitation initiatique à communier avec votre être profond** ... avec les autres et plus largement avec la vie de cette communion naît l'extase d'être

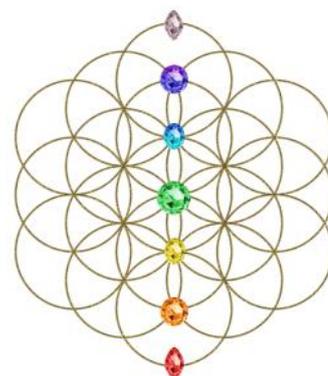
La méditation, des rituels sacrés, la visualisation et des pratiques de respiration spécifiques vous accompagneront à retrouver toute la fluidité de vos 7 centres énergétiques. Vous apprendrez également comment cultiver au quotidien cet état d'être.

L'ÊTRE est un retour à la Source de la pulsation fondamentale de la Vie présente déjà dans votre toute première cellule : Entrez dans ce séminaire avec l'innocence d'un enfant et vous retrouverez la sagesse des anciens !

Ces séminaires ont lieu, une fois par an, dans le sud de la France près de Montpellier.

Ces séminaire sont ouverts à :

- toute personne ayant suivi le stage « Se Rencontrer ... » ou le cycle fondamental de sophro-analyse.
- tout praticien(ne) de la Relation d'Aide
- toute personne suivant une psychothérapie (de préférence psychocorporelle)



Programme

Pratiquer des techniques avancées de respiration

Explorer la libre circulation des 7 centres énergétiques

Apprendre les différentes étapes du mouvement de la vague

Approfondir l'art de relier le corps, le cœur et l'esprit

Pratiquer des techniques de libération des cuirasses psycho-corporelles

Apprendre à canaliser l'énergie vitale au service d'une sexualité épanouie

Honorer le vivant au travers de puissants rituels thérapeutiques

tarifs :

Juillet 2016.

Dates et tarifs à préciser

Intervenants :

Alain BELLONE

Nathalie FLORVILLE

Lieu :

Hameau de l'Etoile à St Martin de Londres dans le Gard

Témoignages

Cycle expérientiel

Il y a la Julie d'avant, il y a la Julie d'après.

Mes yeux ont découvert un autre horizon, une autre façon de voir la vie, d'aimer, de recevoir et de vivre avec mes anges et mes démons.

Les rencontres ont été TOUTES magnifiques. Je ne savais pas qu'on pouvait aimer sans à priori, qu'on pouvait s'ouvrir à toute personne, si lointaine soit elle de mon mode de fonctionnement. Je ne mesurais pas l'étendue des possibles d'une vie. J'étais, comme tant de personnes, enfermée dans mes certitudes soit disant rassurantes. Quel enrichissement !

Et une fois cette métamorphose opérée, on ne redevient jamais complètement comme avant. Le mot MERCI est bien petit face à la reconnaissance que j'ai pour nos adorables formateurs. Ma vie en est transformée, mes contact familiaux et professionnels grandement améliorés.

Alors je m'adresse à tous ceux qui me lisent à l'instant : N'hésitez pas, essayez, lancez vous dans cette découverte de votre vraie et belle nature. Vous ne le regretterez pas, parole de la nouvelle Julie! Je pourrais faire un roman de toutes les émotions que j'ai ressenties et que je ressens encore mais il faut le vivre pour le comprendre.

Mes formateurs : Christine, Birgit et Benjamin, Merci d'être passés sur ma route. Mes Amis de stage, je vous Aime. Ces liens si exceptionnels ne me quitteront jamais. **Julie L.**

Relever le défi d'être soi, libérer l'intelligence corporelle ou encore s'éveiller à sa vraie nature, voilà des thèmes qui font déjà rêver et qui donnent sacrément envie...

Ce qui m'a le plus marqué, au delà de la puissance de la dynamique de groupe dans mon cheminement personnel, a été de ressentir que nous étions tous reliés aux mêmes peurs mais aussi aux mêmes besoins et aux mêmes désirs. J'ai surtout pris conscience que nous étions tous parfaits dans nos imperfections et je remercie plus particulièrement Christine pour nous avoir accompagné avec beaucoup d'amour et de bienveillance dans ce beau voyage spirituel et corporel... **Ingrid B.**

J'ai reçu de ces stages, des intervenants et des pratiquants, plus d'amour que pendant 47 ans de vie et j'ai reçu plus d'énergie qu'avec 20 ans de yoga. **Eric M.**

Quel bonheur de sentir autant de bienveillance et d'amour autour de soi ! Avec des formateurs porteurs d'une énergie des plus puissantes : l'Amour, quoi de mieux pour s'ouvrir à la Vie ! Me voici partie à la découverte de moi-même. Un grand merci pour m'avoir permis d'ajouter de la vie à la Vie. Quelle expérience! Quelle libération ! **Géraldine C.**

Cela a été un vrai bonheur que de plonger dans l'énergie de groupe, guidée par de formidables formatrices. Ces 4 week-end d'expérientiels m'ont beaucoup apporté, m'ont donné envie d'en vivre d'autres encore, m'ont permis d'accéder à un cran supplémentaire dans la conscience de qui je suis, et du pouvoir qui est le mien.

J'ai fait de belles et riches rencontres, j'ai aimé voir l'évolution de chacun d'entre nous et souhaite ardemment maintenir et renforcer le lien : que d'échanges, que de partages, que d'amour !!! **Fabienne R.**

J'ai 59 ans et je craignais d'être un peu déphasée. Pas du tout, les participants étaient de tous âges, et je me suis sentie à ma place. Cette formation m'a fait du bien. **Catherine M.**

Couple Intérieur

Témoignages

5 jours initiatiques... J'ai goûté l'amour sacré, la jouissance d'être en lien avec l'infini. Eva A.

Arrivée comme une petite fille, et repartie comme une FEMME, ces 5 jours m'ont permis de contacter la vie qui vibre en moi, la femme qui s'épanouit en moi, et la petite fille qui rigole et qui danse dans l'insouciance. Merci du fond du cœur à Gaëlle et à Benjamin et à tout le groupe qui ont su offrir dans l'accueil et l'amour inconditionnel, l'espace nécessaire à chacun pour se révéler et trouver sa place ! Une réconciliation avec les hommes et les femmes pour s'offrir un couple intérieur dans l'harmonie. Virginie B

Magnifique séminaire mené avec grâce, amour et bienveillance par Gaëlle et Benjamin dans un lieu splendide. Ce fut pour moi une expérience que les mots ne pourraient décrire....J'ai découvert, j'ai rencontré, j'ai vécu, j'ai ressenti, j'ai ri, j'ai pleuré, j'ai aimé dans tout mon corps, dans toutes mes cellules, dans tout mon être et dans mon cœur : mon masculin et mon féminin....ma force, ma sensualité....ma vulnérabilité, ma puissance....et tant de choses encore qui font qu'aujourd'hui je me sens Femme! Une femme dans toutes ses dimensions. Une expérience inscrite pour toujours à l'intérieur de moi... Un grand merci à Benjamin et Gaëlle. Je vous aime - Nathalie F

A l'écoute de l'expérience de ce stage, les mots s'envolent... C'est du ressenti pur... énergie, vitalité, créativité, chamboulement, libération, joie, vie, en voilà qui se posent. Voilà que je rentre enfin dans mon corps en sortant de l'image de moi. Le regard des autres, quelle importance quand je suis en contact avec mon énergie de vie ? La joie d'être, la joie d'être une femme, le droit d'être pleinement une femme, la vibration de la Vie. Créativité, je te vois, je te sens ! Gratitude. Anne-Claude G.

Le cœur plein de soleil, la tête au repos, le souffle ici maintenant tel un rayon de lumière et d'amour, je voulais JUSTE vous dire MERCI MERCI MERCI ! Je pourrais continuer longtemps si je n'avais pas croisé votre chemin qui m'a fait comprendre que le silence, le ressenti, l'énergie en disait toujours beaucoup plus à qui sait l'entendre j'ai lu quelque part dans votre brochure qu'il y a un avant et un après Trimurti et bien à tous ceux qui ont la chance de ressentir je confirme.... ici maintenant avec tout mon amour que vous m'avez aidé à mettre en lumière - CDJ

Le cycle fondamental aura été un cheminement long, profond, vers une découverte de mon moi intérieur ; le couple intérieur quant à lui en constitue à la fois l'essence et le prolongement naturel, permettant d'aller plus loin, plus fort, plus extatique dans cette merveilleuse rencontre avec toutes les facettes de son soi, ses parts masculine et féminine, et surtout dans leur acceptation la plus totale. La justesse des pratiques, leur diversité inattendue, leur enchaînement toujours judicieux, conduisent les pratiquants de pas en pas sur ce chemin vers eux-mêmes, avec un émerveillement et une joie de tous les instants, pour atteindre leur apogée dans cette magnifique cérémonie finale chargée d'une immense émotion... Le tout se déroulant dans le cadre privilégié de Trimurti. Bref, une expérience déterminante, qui fait que pour ma part il y a un « avant » et un « après Trimurti. Alain R.

Hameau de l'étoile - Saint Martin de Londres - Hérault





Cycle Fondamental

Paris - Aix en Provence

Formation professionnelle

Devenir Sophro Analyste

Le Cycle fondamental permet de se former à la Sophro-Analyse pour en faire son métier ou bien pour enrichir sa pratique professionnelle actuelle. Au sein de cette formation se retrouvent des personnes venant de tous les horizons, de tous les âges et de tous niveaux d'étude. Cependant, toutes ces personnes ont en commun de ressentir un puissant appel intérieur à cheminer vers plus de conscience et d'amour et l'envie d'y accompagner, ensuite, les autres.

En remplissant les conditions de validation demandées, vous obtenez le Diplôme Européen de Praticien en Sophro-Analyse. Ce diplôme vous permet d'ouvrir un cabinet de consultation, d'animer des groupes de Sophro-Analyse et de proposer vos services à des entreprises (gestion du stress).

Le cycle fondamental se déroule sur 15 mois à raison d'un séminaire par mois - excepté le mois d'août . Vous évoluez dans un espace propice à des relations authentiques et facilitant votre intégration personnelle et professionnelle.

Durant la formation vous expérimentez, comprenez et pratiquez l'ensemble du processus de Sophro-Analyse afin que théorie et pratique se marient en vous dans une transformation profonde.

Vous développez ainsi une posture thérapeutique relevant du savoir-être et une compétence émanant d'un savoir-faire. Pour vous accompagner dans ce cheminement, vous bénéficiez de cours théoriques illustrés par des exemples, de 11 fascicules de cours clairs et de nombreuses mises en pratiques durant les séminaires. Petit à petit, la subtilité de la théorie s'éclaire par l'expérience directe et devient une évidence en vous.

Les objectifs du cycle fondamental

- Connaître et pratiquer les protocoles de Sophro-Analyse Intégrative® : processus d'auto-questionnement des représentations mentales, sophro-relaxation, méditation et visualisation
- Savoir accompagner simultanément au niveau cognitif, émotionnel, corporel et énergétique.
- Développer une posture thérapeutique juste
- Maîtriser la conduite d'entretien (écoute, reformulation et questionnement)
- Saisir les enjeux de la relation thérapeutique (transfert et contre-transfert)

Trois centres de formation

Vous pouvez suivre le cycle fondamental à **Paris au 177 rue d'Alésia 75014 métro Plaisance** - à **Aix-en-Provence au 580 avenue Mozart** à deux pas du Cours Mirabeau. Vous trouverez toutes les dates de formation ainsi que le bulletin d'inscription dans les pages 38 à 42.

Conditions d'inscription

La formation professionnelle est ouverte à toute personne, quel que soit son âge et son niveau d'étude, qui a déjà fait un travail thérapeutique personnel d'au moins trente heures. Cependant, si vous n'avez jamais suivi une psychothérapie, nous vous proposons de vous engager à effectuer, durant votre formation, une thérapie psycho-corporelle individuelle d'au moins 30 heures avec le thérapeute de votre choix.

Déroulement & pédagogie

Le cycle fondamental se déroule **sur 14 modules représentant 329 heures de formation dont 266 heures en présence** et avec des fascicules de cours théoriques et pratiques. L'ambiance entre les étudiants et avec leur formateur est chaleureuse avec un cadre relationnel clair et non-jugeant. **Les groupes sont limités à 20 participants environs** afin de favoriser l'apprentissage de chacun.

Chaque stage du cycle fondamental comporte des temps théoriques sur les mécanismes psychologiques, des exercices de sophro-relaxation, des mises en pratiques entre stagiaires et des pratiques supervisées.

A la fin de chaque séminaire, vous recevez un fascicule de cours par internet. Les livrets de cours sont constitués de parties théoriques, de protocoles et sont illustrés par des exemples. A la fin de chacun des fascicules, l'étudiant a un protocole à expérimenter sur lui-même et à faire vivre à deux personnes. L'ensemble de ces pratiques constitue un Livre d'Or de 3 pratiques qui devra être validé pour l'obtention du diplôme. Le livre d'or facilite votre intégration personnelle et professionnelle de l'enseignement. Des devoirs et cas peuvent être ajoutés à ces cas pratiques.

Contenu de la formation

Les étudiants du cycle fondamental en Sophro-Analyse Intégrative® apprennent les contenus théoriques suivants :

- La construction de la personnalité
- Les mécanismes psychologiques : introjection - projection - transfert - tendance actualisante
- Les fondamentaux de la conduite d'entretien : écouter - reformuler - questionner - ressentir
- La Sophro-relaxation : respiration - sophronisation de base - visualisation - méditation active
- Le questionnement psycho-corporel des représentations mentales
- La désactivation des croyances et des scénarios répétitifs
- La restructuration émotionnelle
- La conduite d'entretien simultanée au niveau cognitif, émotionnel, corporel et énergétique

Conditions de validation

Pour être Diplômé en Sophro-Analyse Intégrative® , nous vous demandons de remplir les conditions suivantes :

- **Être présent à tous les modules du cycle fondamental.** Dans le cas où vous ne pouvez pas être disponible sur l'un des séminaires, vous pourrez le rattraper sur une session ultérieure.
- **Valider le mémoire des 3 accompagnements Sophro-Analytiques**
- **Valider l'examen de fin de cycle.**
- **Fournir une attestation de thérapie personnelle** d'un minimum de 30 heures, sachant que même diplômé, afin de continuer son travail personnel et aussi de respecter le cadre, tout sophro-analyste doit être supervisé, de préférence par un confrère ou un thérapeute psycho-corporel.



L'installation

Après votre validation, vous pourrez :

- Adhérer à la **Fédération Internationale des Sophrologues-Analytiques Transdisciplinaires - FISAT** qui est elle-même agréée par la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse - FF2P.
- Ouvrir un cabinet de consultation.
- Animer des ateliers de gestions du stress.
- Intervenir en entreprise (communication, management, gestions des conflits, gestion du stress).

Afin de vous donner toutes les clefs du succès, nous vous proposons un stage de trois jours pour vous accompagner dans votre installation : « Réussir son installation » (page 31), » et des week-ends de « supervision de votre pratique professionnelle » (page 33) et deux séminaires intensifs d'intégration en résidentiel. (Pages 16 et 17).

Vous pourrez également approfondir votre formation de base avec les cycles **d'approfondissement en Sophrologie et en Sophro-Analyse**. Ces deux cycles vous délivrent chacun un diplôme : le **diplôme de Sophrologie Intégrative** et le **diplôme de Maître-Praticien en Sophro-Analyse Intégrative**.

La formation "**Quelle image du corps ... pour quels comportements alimentaires ?**" vous ouvre les portes pratico-pratique de l'accompagnement des troubles du comportement alimentaire. Celle d' "**Accueillir la Vie**" vous donne des clés pour accompagner les étapes de la conception à la naissance ainsi que sur les problématiques sensibles liées à l'hypo-fertilité.

Conditions de règlement

La garantie « Zen » :

Vous bénéficiez sur le cycle fondamental de la liberté de vous arrêter sans aucune pénalité à l'issue de la première journée de formation, si vous vous rendez compte que cette formation ne correspond pas à vos attentes. Nous vous restituons intégralement vos règlements.

Le tarif du cycle fondamental est de 5 180 euros pour les particuliers, cette somme est majorée de 15 % dans le cadre d'une prise en charge par un organisme financeur. Lorsque vous financez vous-même cette formation, vous avez la possibilité de la régler en **14 mensualités de 370 euros** ou bien de bénéficier d'une **remise de 5% pour un paiement comptant**. Les personnes en difficultés financières ou au chômage, peuvent bénéficier d'un règlement en **25 mensualités de 207,20 euros**. Pour faire prendre en charge cette formation dans le cadre de la formation continue, merci de nous adresser votre dossier par courrier. Nous vous le retournerons complété avec un devis personnalisé et un programme pédagogique détaillé.

Programme du cycle fondamental

Paris & Aix-en-Provence



MODULE 1 – Se connaître dans toutes ses dimensions

Présentation de la Sophro-Analyse Intégrative®
Clarification de la demande et du cadre thérapeutique
Comprendre le mécanisme psychologique du Faux-Moi
Apprendre différents types de respiration
Expérimenter l'IPR : Intention - Posture & Respiration

MODULE 2 – Pacifier son histoire

Identifier les stratégies et les besoins de reconnaissance
Comprendre la construction de la personnalité
Connaître les fondamentaux de la guidance d'une sophronisation de base
Apprendre la relaxation en tension-détente
Apprendre la sophronisation de base
Pratiques supervisées : l'IPR

MODULE 3 – Vivre en conscience

Comprendre pourquoi et comment nous nous déconnectons de l'Instant Présent
Connaître les mécanismes psychologiques à l'œuvre : projection - transfert - tendance actualisante & jeux de pouvoirs dans la vie quotidienne
Comprendre les processus de la boucle réactive et de la boucle créative
Apprendre le questionnement psycho-corporel
Pratique supervisées : sophronisation de base et relaxation en tension - détente

MODULE 4 – Être Sophro-Analyste

Approfondir les fondamentaux de la posture thérapeutique
Clarifier les enjeux de la relation thérapeutique
Comprendre le mécanisme psychologique du contre-transfert
Apprendre à écouter, reformuler et questionner
Expérimenter la visualisation : l'endroit de rêve et l'activation des ressources
Pratiques supervisées : conduite d'entretien

MODULE 5 – Être en relation

Approfondir les fondamentaux de la conduite d'entretien

Observer la communication non-verbale et apprendre à se synchroniser

Pratiques supervisées : ligne du temps & guidance de visualisations

Expérimenter la libération des cuirasses psycho-corporelles

MODULE 6 – Déceler les illusions de l'égo

Apprendre à entendre les croyances limitantes dans la conversation

Apprendre les questions clefs pour faire émerger les transferts, les projections et la tendance actualisante

Expérimenter la visualisation du sage intérieur

Pratiques supervisées : exploration des représentations mentales au niveau cognitif - émotionnel - corporel et énergétique

MODULE 7 – Vivre l'unité psycho-corporelle I

Connaître l'histoire de la Sophrologie Intégrative® et ses implications

Intégrer la différence entre la Sophrologie et la Sophro-Analyse Intégrative®

Expérimenter la méditation dynamique et les 3 clefs de libération corporelle

Apprendre les techniques d'ancrage en Sophrologie Intégrative®

Pratiques supervisées : la libération des cuirasses & accompagnement psycho-corporel

MODULE 8 – Inscrire son histoire dans sa généalogie

Réaliser un arbre généalogique et une ligne du temps

Clarifier les croyances-racine et repérer les scénarios transgénérationnels et personnels

Apprendre les 8 leviers de restructuration émotionnelle

Expérimenter le protocole : le dialogue symbolique

Pratiques supervisées : accompagnement & visualisation du sage intérieur

MODULE 9 – Approfondir et pratiquer I

Pratiques supervisées de Sophro-Analyse Intégrative® : conduite d'entretien psycho-corporel

Pratiques supervisées de Sophrologie Intégrative®

MODULE 12 – Désactiver les scénarios perdants

Analyser les scénarios de vie et les désactiver au niveau psycho-énergétique

Repérer les messages inconscients d'autorisation et d'interdiction à être, avoir, faire, dire, agir, réussir, ressentir

Apprendre la ré-information en conscience corporelle

Pratiques supervisées : accompagnements en Sophro-Analyse Intégrative®

MODULE 11 – La restructuration émotionnelle

Apprendre à restructurer au fur et à mesure de l'entretien thérapeutique

Conduire une séance restructuration émotionnelle d'un traumatisme

Connaître les contre-indications : structure psychotique et état-limite

Apprendre les respirations favorisant la cohérence cardiaque

MODULE 10 – Vivre l'unité psycho-corporelle II

Apprendre les protocoles d'anticipation positive du futur

Expérimenter la visualisation symbolique de l'Enfant intérieur

Pratiques supervisées de sophro-relaxation : respiration - Relaxation - Anticipation positive du futur - Visualisations

MODULE 13 - Approfondir et pratiquer II

Pratiques supervisées de Sophro-Analyse Intégrative® : accompagnement psychocorporel ,

Désactivation des scénarios et la restructuration émotionnelle

Pratiques supervisées de Sophrologie Intégrative®

MODULE 14 – Examen & Clôture

Révision et entraînements pratiques

Expérimenter de nouvelles méditations dynamiques

Examen écrit de deux heures

Clôture du cycle fondamental



Témoignages

Cycle fondamental 2012-2013

Un immense MERCI Gaëlle, Benjamin, Christine et Birgit pour votre remarquable accompagnement tout au long de la formation. Vous êtes une équipe professionnelle à l'écoute, disponible, en lien, rempli d'amour. Cette formation méditative m'a invité à descendre au fond du fond, comme en pleine mer... à la surface c'est tumultueux, il y a 1000 vagues mais quand on plonge en profondeur c'est calme, immensément calme et bienveillant.. MERCI de m'avoir aidé à cesser de me regarder avec les yeux d'hier pour me regarder avec les yeux du cœur, avec compassion. MERCI à vous tous, au groupe, et toutes les personnes qui m'ont aidé à réaliser ce passage vers plus de maturité psychique, plus d'amour, plus de vie, plus d'énergie ! **Alexandra U.**

Cette formation s'est présentée comme une évidence, cette évidence a été là pendant tout le processus comme un immense cadeau. Un processus d'une puissance extraordinaire basé sur une transmission douce, simple et limpide, professionnelle, à la fois sérieuse et joyeuse, dans l'amour et sans complaisance. Un processus personnel qui m'a fait passer de la petite fille à l'adulte, m'a permis de trouver mon axe intérieur sans oublier la douceur, m'a donné l'autonomie dans la gestion de mes émotions, a amorcé les retrouvailles avec mon corps... et bien d'autres choses encore. Et en parallèle la rencontre avec le positionnement de thérapeute, et l'évidence d'y être à ma place, ce que je n'aurais jamais imaginé il y a un an ! En résumé une grande transformation sur tous les plans, je suis vraiment époustoufflée par la puissance du processus. Et j'ai envie que beaucoup d'autres en profitent ! Merci de tout cœur. **Anne-Claude G.**

C'est avec une grande conviction que j'ai souhaité suivre ce cycle fondamental. Je souhaitais avoir les moyens nécessaires pour aider les personnes dans le besoin. C'était sans compter sur ma transformation personnelle. Cette formation a ouvert des portes inespérées; je me suis retrouvée grandie, épanouie, une nouvelle femme, tout en étant la même. Cette formation est un voyage extraordinaire en soi, une ouverture merveilleuse vers l'autre. Je suis fière aujourd'hui d'avoir traversé ce chemin, dont l'énergie exceptionnelle du groupe et le soutien précieux et inestimable de toute l'équipe m'ont permis d'être aujourd'hui une Sophro-Analyste accomplie. Merci à tous ceux qui m'ont aidé sur cette voie unique qu'est la transformation de soi ! **Sylvie S.**

Accepter et découvrir l'amour, simplement l'amour de ce qui est, de ce qu'est l'autre et de ce que je suis. S'il était un cadeau à se faire, ce serait de partir à l'aventure, à la découverte de précieux trésors enfouis en terre inconnu : SOI !

15 mois d'aventure, de découvertes, d'amour, grâce à toi Gaëlle, et ta merveilleuse équipe : Christine, Benjamin, Birgit... Que de prises de conscience, qui s'invitent là, pendant les respirations et les méditations.

Que de choses à exprimer pour ce géant qu'est mon corps et pour que mon mental l'entende enfin ! Que de réconciliations et de pacification avec moi-même et par conséquent avec les autres !

Merci Gaëlle pour ton humilité, ton humanité, ton amour bienveillant.

Vivre en conscience, dans l'acceptation de ce qui est, sans jugement, dans l'ici et maintenant, que c'est apaisant, que c'est bon !!!

Merci au groupe, mes amis, amies de route avec lesquels j'ai grandi, ri, pleuré, aimé, dansé, respiré et avec lesquels je poursuis le chemin. Vous êtes dans mon cœur à jamais. **Christine M.**

Chaque invitation à un voyage intérieur est une carte aux trésors et chacun de ces voyages nous rend un peu plus riche que nous l'étions déjà. Ce sont ces invitations que nous lance la Sophro-Analyse Intégrative® et les formateurs de l'institut nous guident vers nos propres richesses.

Avant mes premiers pas dans cette formation, j'aimais lire et relire cette citation d'Albert Jacquart :

"Redéfinir l'Homme, cette poussière d'étoile, dans un contexte où ce qu'il a de plus précieux, c'est le lien qu'il tisse avec les autres ... Si je suis capable de dire JE, c'est que d'autres m'ont dit TU."

Aujourd'hui, j'apprends à la vivre et à en ressentir ses profondeurs et ses vérités.

Alors, si vous souhaitez accompagner vos semblables dans une approche globale et respectueuse de l'Être, vous vous sentirez chez vous dans ce cursus dont la pédagogie ancre dans l'expérimentation ses apports théoriques multicolores, tout azimut et convergeant vers la conscience de l'Être et l'autonomie de l'individu.

Merci à toute l'équipe et merci à notre groupe pour cette superbe aventure ... **Bertrand L.**

Au moment où je cherchais quelle orientation donner à ma vie pour lui donner le sens qui lui faisait défaut, et par un concours de circonstances dont je sais maintenant qu'il ne devait rien au hasard, j'ai découvert la Sophro-Analyse Intégrative®. Lorsque j'ai réalisé qu'elle était l'exacte alliance que je recherchais entre la voie occidentale de la psychologie et l'approche orientale méditative et corporelle, je n'ai pas eu à réfléchir longtemps avant de signer. Et quel bonheur ! Quel voyage ! Quelle transformation ! Un cycle pédagogique conçu de manière à intégrer tous les principes de la Sophro-Analyse Intégrative®, tout simplement en les vivant par soi-même, pour soi-même, des formateurs d'un rare niveau d'humanité, d'ouverture et de pédagogie. Avec eux, c'est une découverte infiniment belle, riche en émotions, souvent déstabilisante, que d'aller à la rencontre de son moi authentique, de le laisser peu à peu occuper sa vraie place ; et quelle joie de disposer des outils pour ensuite accompagner les autres sur ce même chemin ! Un immense merci pour ce merveilleux cadeau. **Alain R.**

Bien plus qu'une formation professionnelle, le cycle fondamental a été pour moi une véritable révélation et une très belle rencontre avec moi-même. Plongée dans le quotidien, j'avais oublié l'essentiel : ma connexion profonde avec mon être intérieur. Je remercie la Vie pour avoir mis la Sophro-Analyse Intégrative® sur mon chemin, tel un tapis de pétales de roses, signe d'une renaissance, d'une transformation profonde. Les hommes et femmes de cœur que j'ai retrouvés à chaque séminaire m'ont aidés à dévoiler la nouvelle femme que je suis aujourd'hui et l'ont accueilli avec tout leur Amour. Présente, ici et maintenant, mon regard sur la Vie a changé. Libérée et en paix avec mon passé, je peux vivre en conscience.

Un grand merci à l'équipe pédagogique pour votre belle énergie, votre qualité de cœur et votre professionnalisme. Et un merci particulier à Gaëlle et Benjamin pour l'Amour inconditionnel que vous transmettez et pour la qualité de cet enseignement que vous incarnez si bien. Offrir un nouveau regard sur la Vie est à mon sens un des plus beaux cadeaux que l'on puisse offrir à une personne.

Un énooooooorme merci à Gaëlle, Benjamin, Christine et Birgit pour votre belle énergie d'amour, pour la qualité de votre enseignement, ainsi que pour "le soutien et l'accompagnement bienveillant que vous nous avez procuré, dans le respect essentiel du rythme de chacun. Grâce à vous, j'ai pu décoder les raisons cachées de mon propre fonctionnement, et prendre conscience que chacun d'entre nous a la possibilité "d'accéder à son inconscient, afin de guérir ses blessures. Ce cheminement peu prendre du temps. Il est difficile de se séparer du personnage que nous "avons créé au cours de de notre enfance et de toutes ces années de conditionnement. Mais j'ai appris grâce à vous à être bienveillante avec moi-"même, à accepter que les choses se fassent quand c'est le moment pour nous..... et "ça" se fait. Vous m'avez permis de comprendre que la raison n'est pas toujours la meilleure conseillère et de me reconnecter à mon cœur. Je pense que c'est le "secret de notre transformation. Je remercie tous les jours l'heureux « hasard » qui m'a mise sur votre route et qui m'a permis de vivre ce voyage intérieur grâce à la Sophro-Analyse Intégrative®. Avec tout mon amour, **Véronique Y**

Imaginez que vous avez erré de port en port depuis de longues années et essuyé nombre de tempêtes au cours de votre vie...ballotté par des vents qui vous poussent et vous secouent. Un jour vous embarquez sur ce bateau et là un équipage rempli d'amour et de bienveillance vous accueille. Vous allez apprendre un métier par une alliance subtile de théorie et de pratique; vous allez comprendre comment pacifier votre histoire en lui donnant un nouveau regard au fil de ce voyage de 15 mois. Bien sûr; attendez vous à des coups de vent parfois; mais la confiance qui vous anime vous permettra de franchir les obstacles qui peuvent encore se présenter. Lorsque vous débarquez le monde qui vous attend n'a pas changé et pourtant il est tellement différent. AMOUR RESPECT AUDACE COMPLETEUDE ; ces mots résonnent avec force désormais en moi..En intégrant cette formation, je me suis offert un immense CADEAU bien au-delà de ce que je pouvais envisager ! Un immense merci à l'équipe pédagogique; Gaëlle; Benjamin, Birgit et Christine qui incarnent la justesse de cet enseignement. **Lucette R.**

La formation de Sophro-Analyse Intégrative® m'a donné plus qu'une profession, elle m'a fait renaître littéralement. Je me suis libérée, révélée et y ai vécu une renaissance dans les sens du terme. L'enseignement et les bienfaits vont bien au-delà d'une simple formation je parlerais davantage d'une transformation profonde pour ce qui j'y ai vécu vers une plus grande authenticité de qui je suis et comment je relationne avec les autres.

La formation a dépassé mes attentes, l'approche est complète à mon sens, et apporte au delà des cours, de la théorie et des concepts psychologiques, une véritable expérience de vie avec beaucoup de pratique permettant d'être en conditions réelles de ce qu'est un Sophro-Analyste pour de vrai. Merci à Gaëlle et Christine, deux remarquables enseignantes, qui ont fait de cette formation une aventure à la découverte de moi-même et de ce formidable métier qu'être Sophro-Analyste.



Formations complémentaires

Après le Cycle Fondamental

- ◆ **Le couple intérieur :**
à la rencontre du masculin et du féminin

&

- ◆ **L'ÊTRE Nature**

Après le stage « Couple Intérieure » ou le cycle fondamental vous avez l'opportunité grâce à ce séminaire de 5 jours intensifs en résidentiel de poursuivre votre intégration de la Sophro-Analyse Intégrative®.

Ces deux séminaires sont une rencontre avec Soi et avec l'autre, au-delà du mental.

Durant ces stages, vous expérimentez un ensemble de pratiques corporelles, émotionnelles et énergétiques afin de vous libérer des **injonctions et archétypes parentaux** entravant encore votre énergie vitale et sexuelle.

Par des méditations, des **visualisations, du dessin projectif et des techniques de ré-information** de groupe, vous apprenez à canaliser et à mobiliser votre énergie vitale afin de laisser s'épanouir en vous le plaisir, la joie et l'amour.

Voir toutes les informations pages 16-17.
Témoignages page 19.

- ◆ **Réussir son installation**

Vous venez de vous former, il est maintenant temps de vous installer et de développer votre clientèle. Nous avons conçu ce séminaire de trois jours pour vous apporter toutes les clefs du succès. Après ce stage, vous bénéficiez d'une aide concrète pendant un an pour toutes vos questions relatives à votre installation. **Voir page 30.**

- ◆ **Comportements alimentaires**

Birgit Kotzan, Sophrologue et Sophro-Analyste vous transmet les clefs de l'accompagnement sophro-analytique des troubles de l'image du corps et des troubles légers du comportements alimentaires. **Voir page 31.**

- ◆ **Accueillir la vie**

Pour la femme et l'homme, la conception, la grossesse et l'accouchement soulèvent autant de peurs, d'espoirs que de joies. Comment la sophro-analyse intégrative® peut-elle accompagner ces problèmes sensibles, aussi différentes que spécifiques et que nous rencontrons souvent en cabinet ? **Voir page 32**

- ◆ **Supervision et Rencontres autour de la pratique professionnelle**

Des **supervisions vous seront régulièrement proposées.** Les dates et les modalités vous seront envoyées par mail au début de chaque année. **Voir page 33**

Cycles d'approfondissement

♦ Formation diplômante en Sophrologie Intégrative®

Après le cycle fondamental, vous pouvez suivre une formation d'approfondissement en Sophrologie Intégrative® et obtenir le titre de Sophrologue.

Cette formation vous permet de capitaliser vos connaissances acquises durant le cycle fondamental, de les approfondir puis de maîtriser tous les aspects de la Sophrologie Intégrative®.

4 séminaires de 3 jours à Paris
Livre d'or de 12 pratiques

soit 96 heures de formation dont 84 heures de stages

- **Le corps**
- **Les émotions**
- **L'intuition**
- **La transmission**

Diplôme de Sophrologie Intégrative®

Formateur : Birgit Kotzan, diplômée en Sophrologie Dynamique et en Sophro-Analyse Intégrative®.

Prochains cycles de formation en sept. 2015 ou sept. 2017. Voir toutes les informations pages 26-27.

♦ Formation diplômante de Maître - Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®

Vous venez d'effectuer le cycle fondamental et souhaitez approfondir vos connaissances théoriques et pratiques de la Sophro-Analyse Intégrative®.

Le cycle d'approfondissement vous permet de pratiquer les fondamentaux de la Sophro-Analyse Intégrative® en explorant 4 thèmes incontournables dans tout accompagnement thérapeutique : l'amour, l'argent, la sexualité et la mort.

A l'issue de ce cycle, vous obtenez le titre de Maître-Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®.

4 séminaires de 3 jours à Paris
soit 84 heures de formation

- **L'amour**
- **L'argent**
- **La sexualité**
- **La mort**

Diplôme de Maître-Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®

Prochains cycles de formation sept. 2016.

Voir toutes les informations pages 25-26.

Formations Complémentaires

Réussir son installation



Informations pratiques

A l'issue de ce séminaire, vous bénéficiez d'une assistance par mail ou téléphone concernant les questions liées à votre installation.

Ce séminaire est proposé aux étudiants après chaque cycle fondamental.

Lieu :

177 rue d'Alésia 75014 Paris

Horaires :

Vendredi : 9h30 - 18 h

Samedi : 9h30 - 18 h

Dimanche : 9h30 - 17 h

Intervenant :

Alain Bellone

20 ans d'expérience en communication.

■ Le scénario professionnel

Par l'exploration de votre scénario professionnel, vous identifiez les messages qui peuvent encore aujourd'hui vous limiter dans votre reconversion ou votre activité afin de les désactiver.

■ Les fondamentaux du marketing

Par l'étude de support de communication (carte de visite, plaquette, flyer) vous apprenez les règles incontournables du marketing et les erreurs à éviter.

Quels sont les supports les plus efficaces pour notre métier ? Où et à qui les remettre ?

Comment optimiser votre stratégie internet ?

Les « do » et les « don't » de votre site web.

■ L'art de la communication orale

Par des mises en situation, vous apprenez à parler simplement de votre activité tout en sachant vous adapter à votre interlocuteur.

Comment développer un réseau de prescripteur performant ?

■ L'installation en profession libérale

Nous vous aidons à saisir les avantages et les inconvénients des différents statuts juridiques et à Déterminer lequel est le plus avantageux pour vous en fonction de votre situation personnelle et familiale.

Comment tenir une comptabilité ?

Quels sont les avantages et les contreparties d'être chef d'entreprise ?

A l'issue de ce séminaire, vous bénéficiez d'une assistance par mail ou téléphone concernant les questions liées à votre installation.

Formations Complémentaires

Quelle image du corps

Pour quels comportements alimentaires ?

Formation sur les enjeux du comportement alimentaire

- Définir les troubles du comportement alimentaire
- Connaître les différents facteurs qui peuvent intervenir sur le comportement alimentaire
- Comprendre la construction de la représentation du corps au travers de l'histoire de la personne
- Savoir détecter et désactiver les messages et scénario qui conditionnent les comportements alimentaires dysfonctionnants
- Apprendre les visualisations essentielles pour accompagner vos clients à développer une relation consciente à leur corps et à la nourriture



« Que l'alimentation soit ton premier médicament »

Hippocrate

Mal dans sa « peau », restrictions alimentaires, surcharge pondérale, poids qui s'amuse à faire yoyo, crise de boulimie, ... Nous sommes tous sensibilisés à ce phénomène de société et confrontés personnellement dans notre entourage ou dans nos accompagnements professionnels à cette problématique.

Beaucoup plus de facteurs que ce qui est apparent entrent en jeu : de la vie intra-utérine à la vie d'adulte, notre relation à l'alimentaire est conditionnée et influencée par les relations parentales, l'environnement socioculturel, l'éducation et notre représentation du corps.

L'objectif de cette formation est, d'une part, de repérer un dysfonctionnement alimentaire, d'en comprendre les causes, d'identifier les situations déclenchantes et les émotions qui en découlent. Puis, d'accompagner à désactiver le dysfonctionnement au niveau cognitif, émotionnel, corporel et énergétique.

Informations pratiques

Pré-requis :

Sophro-Analyste
Praticien de la relation d'aide

Lieux :

94 rue Didot 75014 Paris

Horaires :

Vendredi : 9h30 - 18 h
Samedi : 9h30 - 18 h
Dimanche : 9h30 - 17 h

Intervenants :

Birgit Kotzan

Formations Complémentaires

Accueillir la vie



« L'humanité se doit de donner aux enfants le meilleur d'elle-même » Unicef
La Sophro-Analyse peut y contribuer dans l'amour et le respect.

Pour la femme et l'homme, la conception, la grossesse et l'accouchement soulèvent autant de peurs, d'espoirs que de joies. Comment la sophro-analyse intégrative® peut-elle accompagner ces problématiques sensibles, aussi différentes que spécifiques et que nous rencontrons souvent en cabinet ?

La formation « Accueillir la Vie » propose de préciser le cadre du sophro-analyste en nourrissant à la fois ses connaissances, sa sensibilité et sa créativité sur ces thématiques.

Informations pratiques

Dates:

2 et 3 Mai & 26 et 27 Juin 2015

Pré-requis :

Cycle fondamental en Sophro-Analyse Intégrative

Les praticien(ne)s de la relation d'aide dans d'autres disciplines sont les bienvenus.

Lieu :

177 rue d'Alésia 75014 Paris

Horaires :

Samedi : 9h30 - 18 h

Dimanche : 9h30 - 17 h

Intervenant :

Laurence Ledroit
Spécialisé depuis 10 ans en décodage des mémoires prénatales, en sophro-fertilité et sophro-maternité, Laurence met son expérience sur ces problématiques en tant que femme et de maître praticienne en sophro-analyse au service de la formation.

L'hypofertilité est une souffrance qui conduit à venir libérer les blocages psychiques qui entravent la création. Comment le sophro-analyste peut-il soutenir l'éventualité de ne pas enfanter ? De même, comment peut-il accompagner ces moments uniques, privilégiés et intimes que sont la grossesse et la naissance ? En quoi peut-il favoriser une grossesse et un début de vie intra utéro au bébé dans une qualité de présence et de conscience ? Et « Accueillir la vie » n'est-ce pas avant tout inviter les femmes et les hommes à honorer celle qu'ils ont reçue autant que celle qu'ils donnent ?

■ L'objectif de ce cycle d'approfondissement est triple :

Nourrir la créativité dans l'accompagnement de ces étapes essentielles. Il existe un véritable besoin d'accompagnement aussi bien des hommes que des femmes hypofertiles engagés ou pas dans des protocoles de PMA. Les sophro-analystes hommes y ont donc toute leur place

■ Module 1 (2 jours) : Accompagnement préconceptionnel.

- Blessures et affects spécifiques liés à la fertilité / stérilité
- Problématiques particulières et place du sophro-analyste dans le parcours de PMA.
- Visualisations spécifiques pour aider le corps, le cœur, le mental à se reconnecter à la pulsion de vie.

■ Module 2 (2 jours) : Accompagnement spécifique de la femme enceinte.

- Modifications psychocorporelles et affects spécifiques liés à la grossesse et l'accouchement.
- Blessures, peurs archaïques et angoisses à libérer pour accueillir la vie avec joie et sérénité.
- Spécificités et place du sophro-analyste dans ces étapes.
- Préparation à l'accouchement (en complément de celle des sages-femmes) pour nourrir la confiance.
- Accompagner le couple dans la découverte de leur nouvelle parentalité.

Formations Complémentaires

Supervision & Rencontre

Il faudrait inventer un autre mot que supervision :)

On peut parfois confondre supervision et contrôle, alors qu'il s'agit plutôt d'affiner la "*justesse de notre vision*", autant sur soi-même que sur les personnes que nous accompagnons. Notre responsabilité de sophro-analyste nous amène à consulter régulièrement un confrère de notre discipline ou d'une autre, et ceci pour trois raisons :

- ◆ Continuer notre travail personnel,
- ◆ Travailler sur les problématiques de certains de nos consultants afin de parfaire notre contre-transfert,
- ◆ Nourrir la crédibilité de notre profession sur un plan déontologique et d'éthique puisque la supervision fait partie du cadre thérapeutique que nous communiquons à nos "clients".

La supervision de groupe ne remplace pas l'indispensable supervision individuelle.

Nous vous proposons de nous retrouver à Paris, autant pour travailler sur nos problématiques rencontrées en cabinet que pour découvrir de nouvelles pratiques psycho-corporelles (méditation, sophro-relaxation) et échanger sur des thématiques nourrissantes pour notre métier.

Qu'est-ce que la supervision ?

La supervision est un espace pour prendre du recul sur sa pratique professionnelle et pour continuer son cheminement personnel. Plus que tout autre endroit, c'est un lieu de non-jugement et de bienveillance.

Etre supervisé est indispensable pour un sophro analyste.

- d'abord pour approfondir son chemin personnel, et le travail de ce point de vue là, ne cesse jamais. - ensuite pour offrir à ses sophro-analysés une garantie de professionnalisme et de crédibilité qui nourrit le lien de confiance.

Les Sophro Analystes peuvent être suivis par d'autres Sophro Analystes ou par un thérapeute de leur choix, et participer aux sessions de supervision de groupe quand elles sont organisées par l'IESA.

Les Sophro-Analystes d'une même région peuvent se regrouper pour organiser eux-mêmes des groupes réguliers de supervision. Dans ce cas, l'animateur du groupe organise la supervision en lien avec l'IESA.

Toute supervision doit être attestée par le praticien superviseur auprès de l'IESA.

La supervision, qu'elle soit en groupe ou en individuelle, permet de regarder avec pertinence les éléments suivants :

- La posture thérapeutique
- Le respect du cadre de l'IESA, dans lequel figure l'obligation du SA d'être supervisé.
- Le transfert et le contre transfert

Informations pratiques

Dates:

6 & 7 Juin 2015

Tarif:

250€

Prix de "relancement" 200€

Lieu :

177 rue d'Alésia 75014 Paris

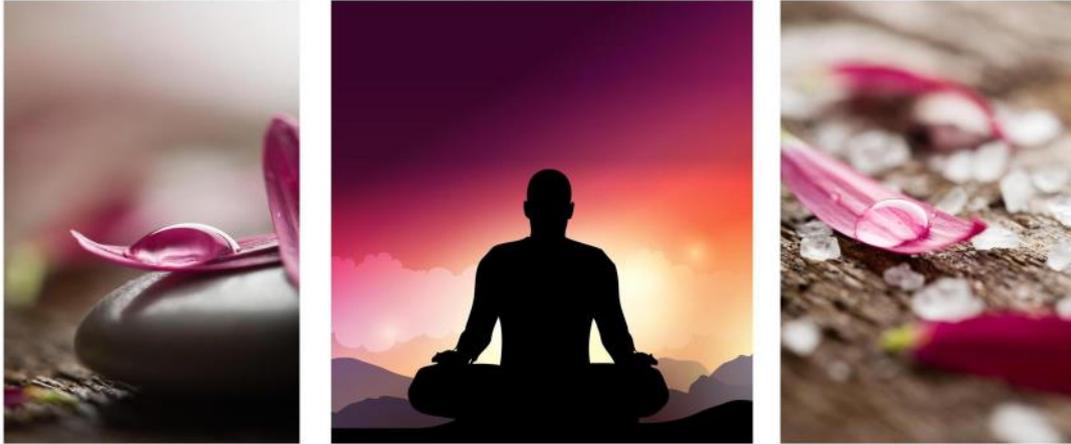
Horaires :

Samedi : 9h30 - 18 h

Dimanche : 9h30 - 17 h

Cycle d'approfondissement

Sophro-Analyse Intégrative®



*Le cycle d'approfondissement en Sophro-Analyse Intégrative® , constitué de 4 séminaires de 3 jours chacun à Paris est destinée aux Sophro-Analystes installés et aux étudiants ayant achevé le cycle fondamental. A l'issue de ce cycle, vous obtenez le **Diplôme de Maître-Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®** .*

Ce cycle est un approfondissement de l'accompagnement des manifestations, dans la vie adulte, de la pulsion d'attachement, d'autonomie, sexuelle et de mort. Il permet de vivre et d'intégrer une structure complète d'accompagnement reproductible sur toutes thématiques spécifiques abordées en thérapie.

Cette formation est impliquante sur le plan personnel car c'est à partir de la mises à jour de vos croyances inconscientes, scénarios et projections sur toutes ces thématiques, que se révèle le méta-modèle que vous offrez à vos patients. La richesse de l'enseignement est à la hauteur de votre authenticité.

Le cycle d'approfondissement en Sophro-Analyse Intégrative® a plusieurs objectifs :

- **Apprendre une méthodologie d'accompagnement** des différentes facettes de la pulsion d'attachement, de la pulsion d'autonomie, de la pulsion sexuelle et de la pulsion vie / mort.
- **Clarifier nos réponses, nos limites et notre point de rupture dans l'accompagnement thérapeutique.** Quel méta-modèle offrons-nous réellement à nos clients par rapport à l'amour, l'argent, la sexualité et l'identification au corps ?
- **S'interroger sur le conditionnement de la société et du modèle familial** qui construisent les croyances, les scénarios, les projections, les transferts et les stratégies de reconnaissance.
- **Approfondir son expertise des différents protocoles de la Sophro-Analyse Intégrative®** avec des pratiques supervisées.

L'Amour

Ce premier séminaire du cycle d'approfondissement en Sophro-Analyse Intégrative® explore les croyances qui freinent notre capacité à faire rimer « Aimer » avec « Liberté ». Autrement dit, nous explorons la construction narcissique et l'altérité. Pourquoi est-ce si difficile de s'aimer tel que nous sommes et d'accepter l'autre dans sa différence ? Pourquoi y a-t-il une liste de droits et de devoirs à faire valoir lorsque deux personnes disent s'aimer, pour que la relation soit satisfaisante pour les deux ? Quelles croyances se cachent derrière les comportements de « fusion » et « d'isolement » ? Et surtout, comment cesser de lutter contre ce qui est pour s'ouvrir puissamment et librement à un grand oui à la vie ?

L'argent

Sur ce deuxième module, nous regardons attentivement notre relation à l'autonomie et à notre droit fondamental d'exprimer de façon unique nos talents et d'en recueillir les fruits. Comment s'exprime notre besoin affirmé ou refoulé d'autonomie dans notre vie personnelle, dans le couple et dans la relation thérapeutique ? Comment utilisons-nous l'argent pour créer des relations de pouvoir ou de dépendance à l'autre ? Comment créons-nous des dettes symboliques qui nous permettent ensuite de régler nos comptes ? Et bien sûr, comment développer notre puissance créatrice pour nous ouvrir à l'abondance sous toutes ses formes ?

La sexualité

Ce troisième séminaire prend appui sur les deux précédents pour aborder la pulsion sexuelle dans ses différents aspects : Qu'est-ce que la norme ? Où commence la perversion ? Que disent les scénarios d'excitation, les rêves sexuels et la rêverie érotique ? Quel regard portons-nous sur l'adultère, le libertinage, l'échangisme, l'homosexualité et la bisexualité ? Que révèlent nos désirs, fantasmes, tabous et dégoûts ? Quel est la place du désir, de la libido et de l'auto-érotisme dans notre vie ? Pourquoi le sexe peut-il devenir une monnaie d'échange dans la relation amoureuse ? Comment gérer le désir dans la relation thérapeutique ? Quelles sont les clefs d'une sexualité épanouie ?

La mort

Explorer le thème de la mort, nous amène à prendre conscience de notre identification au corps et aux multiples peurs qui en découlent par rapport au vieillissement, à la maladie, à la dégénérescence ou à la perte d'autonomie. Comment accompagner des personnes à vivre la maladie, la perte d'un être cher ou à se préparer à leur propre mort ? Quelles sont les étapes du deuil ? Quelles sont nos représentations de l'Après-vie ? Comment gérer une séance de clôture, mort symbolique de la relation thérapeutique ? Et surtout, quel est le lien entre la mort et la plénitude



Informations pratiques

Pré-requis :
Cycle fondamental

Lieu :
177 rue d'Alésia
75014 Paris

Horaires :
Vendredi : 9h30 - 18 h
Samedi : 9h30 - 18 h
Dimanche : 9h30 - 17 h

Intervenants :
Alain Bellone

Cycle d'approfondissement

Sophrologie Intégrative®



Le cycle d'approfondissement en Sophrologie Intégrative® vous permet d'acquérir de nouvelles compétences en suivant la formation en quatre étapes telle qu'elle est proposée dans les cursus traditionnels de Sophrologie.

Nous vous proposons un cursus intensif et court car il s'appuie sur vos connaissances en sophro-relaxation et les complète en vous apprenant les Relaxations Dynamiques et de nouveaux protocoles de la gestion de la douleur, du sommeil et de la mémoire. Vous apprenez également des protocoles de rêves éveillés.

*A l'issue de ce cycle, vous obtenez le **Diplôme de Sophrologie Intégrative®**.*

Ce cycle est constitué de 4 séminaires de 3 jours chacun à Paris et d'un livre d'or de 12 pratiques à réaliser auprès de plusieurs personnes. La formation vous propose de nombreuses mises en pratiques et de découvrir toute la richesse de la théorie de la Sophrologie Intégrative®.

L'objectif de ce cycle est de vous former sur le plan théorique et pratique, à accompagner des personnes à développer en elles, l'intelligence corporelle, l'intelligence émotionnelle, l'intelligence intuitive et l'intelligence transcendante. A l'issue de votre formation, vous pourrez animer des séances de Sophrologie

Le corps

Chaque mouvement proposé en Sophrologie Intégrative® a été conçu par rapport à sa répercussion physiologique et émotionnelle dans le corps. Dans ce premier module, vous apprenez l'enjeu de chaque mouvement ainsi qu'à les pratiquer en pleine conscience.

Vous apprenez également les protocoles qui permettent d'appivoiser certaines douleurs liées au stress très présentes dans notre société et pour lesquels un Sophrologue est souvent sollicité.

Les émotions

Lors de ce deuxième module, vous apprenez les protocoles de Sophrologie Intégrative® qui favorisent l'équilibre émotionnel, sans avoir recours à vos connaissances en Sophro-Analyse Intégrative®.

Les pratiques dédiées à l'intelligence émotionnelle en Sophrologie Intégrative®, vous permettent de connaître les émotions, de les gérer et de développer votre perception des émotions d'autrui ce qui vous conduit à la maîtrise des relations humaines.

Sur ce module, vous apprenez également des protocoles sur la gestion-reprogrammation du sommeil.

L'intuition

Ce module de Sophrologie Intégrative® puise son inspiration dans les enseignements de Carl Gustav Jung, fondateur de la psychologie des profondeurs. Lors de ce module vous apprenez des protocoles de rêves éveillés, c'est-à-dire des visualisations symboliques puissantes ouvrant une communication entre le conscient et l'inconscient.

Sur ce module, vous apprenez également un protocole d'entraînement de la mémoire qui vous sera très utile dans vos accompagnements individuels.

La transmission

Grâce à la pratique des précédents modules, vous avez appris à accompagner des personnes, par la Sophrologie Intégrative®, à développer leur force d'être. Cette force intérieure dans laquelle affirmer son identité et ses valeurs intrinsèques, devenir un adulte libre et responsable permet d'apaiser le passé et de choisir un devenir parmi le champ des possibles.

Ce quatrième module vous aide à développer votre capacité à transmettre la Sophrologie Intégrative® dans des accompagnements individuels mais également lors de séance de groupe. Vous apprenez à bâtir un programme, à gérer et à animer des groupes. Lors de ces trois jours, il vous sera également demandé de conduire une séance de Sophrologie Intégrative® en grand groupe.

« Prends soin de ton corps »

Informations pratiques

Pré-requis :

Cycle fondamental

Lieu :

177 rue d'Alésia
75014 Paris

Horaires :

Vendredi : 9h30 - 18 h
Samedi : 9h30 - 18 h
Dimanche : 9h30 - 17 h

Intervenants :

Birgit Kotzan



S'inscrire

Nous vous remercions de remplir sur le contrat de formation, vos coordonnées de façon très lisible.

- Vous cochez la ou les formations auxquelles vous souhaitez vous inscrire. Tous les tarifs sont en page 37.
- Vous calculez le total et l'inscrivez en bas de la page.
- Au verso du contrat de formation, vous sélectionnez vos modalités de paiement et établissez l'ensemble des règlements à l'ordre de l'Institut Européen de Sophro-Analyse Intégrative®.
- Vous lisez les conditions générales, datez et signez avec la mention « lu et approuvé ».
- Vous nous adressez le contrat de formation et les règlements à l'adresse suivante :

Institut Européen de Sophro-Analyse
INSPIRER EXPIRER SOURIRE
10 rue François Coppée
92240 MALAKOFF

A réception, nous vous adresserons un e-mail vous confirmant votre inscription et la bonne réception de votre règlement avec le numéro du ou des chèques et leur montant ainsi que le double de votre contrat de formation.

Vous trouverez également dans ce mail toutes les informations pratiques dont vous aurez besoin pour suivre sereinement votre formation (date, horaire, lieux, hôtels à proximité et règlement intérieur).

Votre règlement sera encaissé après le premier module de formation effectué, le prochain 15 du mois. Dans le cas de plusieurs

Délai de rétractation

Conformément à l'article L.6353-5 du Code du Travail, il est rappelé que dans un délai de 10 jours à compter de la signature du présent contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée, avec accusé de réception, adressée à l'organisme de formation. Aucune somme ne vous sera alors réclamée.

Conditions de désistement

Pour le cycle fondamental uniquement, le stagiaire peut renoncer à la formation à l'issue de la première journée du cycle de formation sans aucune pénalité.

Pour toutes les formations, dans le cas d'abandon de la formation par le stagiaire, les prestations effectivement dispensées sont dues intégralement. Le stagiaire sera remboursé à hauteur de 75% de la part de la formation non effectuée.

Si en cas de force majeure dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre le programme, il peut résilier le contrat. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées son dues.

Prise en charge

Le Cycle expérientiel ne peut pas faire l'objet d'une prise en charge dans le cadre de la formation professionnelle. Pour les autres formations, si vous souhaitez faire prendre en charge une formation dans le cadre d'un Congé Individuel de Formation (CIF) ou du Droit individuel de Formation (DIF), les tarifs sont majorés de 15%.

Demandez à l'organisme financeur dont dépend votre établissement un dossier de prise en charge. Adressez-nous ensuite le volet à remplir par l'organisme de formation et nous vous le retournerons complété. Votre inscription est validée lorsque l'organisme financeur nous a signifié par écrit son accord.

Les tarifs indiqués ci-après correspondent à un tarif préférentiel destiné aux particuliers qui financent eux-mêmes leur formation.

Dans le cadre de la formation continue, les tarifs sont majorés de 15 %.

Les expérientiel étant des séminaires de développement personnel, ils ne peuvent généralement faire l'objet d'une prise en charge complète.

Tarifs

2014 - 2015



Formations	Tarifs	Durée	Page
Les Expérientiels			
WE découverte	280 €	1 WE	P. 14
Cycle en résidentiel			
1. Se Rencontrer	680 €	5 jours	P.15
2. Le Couple Intérieur *	680 €	5 jours	
<i>Participation du conjoint (-50%)</i>	340 €		
<i>Deuxième participation (-30%)</i>	480 €		P. 16
<i>Deuxième participation: « couple » (-25%)</i>	880 €		
3. L'être Nature	680 €	5 jours	
Les trois séminaires ensemble	1880 €	3 X 5 jours	P. 16
Cycle fondamental	5 180 €	329h / 15 mois	P. 20-25
Cycle d'approfondissement			
Sophro-Analyse Intégrative®	1 620 €	84h / 4 X 3 jours (Ven, Sam, Dim.)	P. 34-35
Sophrologie Intégrative®	1 620 €	96h / 4 x 3 jours (Ven, Sam, Dim.)	P. 36-37
Formations complémentaires			
Réussir son installation	400 €	3 jours (Ven, Sam, Dim.)	P. 30
Quelle image du corps ...	450 €	3 jours (Ven, Sam, Dim.)	P. 31
Pour quels comportements alimentaires ?			
Accueillir la vie : Fertilité, Maternité, Parentalité	600 €	2 X WE	P. 32
Edition 2015 :	550 €		
Rencontres & Supervision	280 €	1 WE	P. 33
Edition juin 2015 :	200 €		

Tarifs valable jusqu'au 30 avril 2015

Modalités de paiement

Paiement comptant : remise de 5% sur le cycle fondamental et les deux cycles d'approfondissement.

Les Expérientiels : fractionnable en 2 Règlements sauf le WE Découverte

Cycle fondamental ⁽¹⁾ : fractionnable en 14 mensualités de 370 euros.

Cycle d'approfondissement ⁽¹⁾ : fractionnable jusqu'à 4 mensualités de 405 €.

Formations complémentaires ⁽¹⁾ : fractionnable en 2 mensualités.

⁽¹⁾ Pour les personnes en difficulté financière et dans le cadre d'un aménagement des conditions de règlement, merci de nous contacter lors de votre inscription.

Les Expérientiels

PARIS

Week-End Découvertes

1. Se Rencontrer

Session
Mars 2015

7-8 mars 15

-

Session
Oct. 2015

10-11 oct. 15

Automne 2015

Session
Mars 2016

Printemps 2016

Printemps 2016

HAMEAU DE L'ÉTOILE (34)

2. Le Couple Intérieur

3. L'Être Nature

Session
Été 2015

5 au 10 août 15

-

Session
Printemps 2016

mai 2016

-

Session
Été 2016

-

juillet 2016

Cycle fondamental

PARIS / AIX EN PROVENCE

1. Se connaître dans toutes

2. Pacifier son histoire

3. Vivre en conscience

4. Être Sophro-Analyste

5. Être en relation

6. Vivre l'unité psycho-corporelle I

7. Déceler les illusions de l'ego

8. Inscrire son histoire

9. Approfondir et pratiquer I

10. Vivre l'unité psycho-corporelle II

11. La restructuration émotionnelle

12. Désactiver les scénarios perdants

13. Approfondir et pratiquer II

14. Examen & Clôture

Session
PARIS Avril 2015

25-26 Avril. 2015

23-24 Mai. 2015

20-21 Juin. 2015

10-11-12 juil. 2015

18-19-20 Sept. 2015

16-17-18 Oct 2015

13-14-15 Nov 2015

11-12-13 Déc 2015

8-9-10 Janv 2016

12-13-14 Fév 2016

11-12-13 Mars 2016

8-9-10 Avril 2016

6-7-8 Mai 2016

28-29 Mai 2016

Session
PARIS Oct. 2015

24 25 Ocl. 2015

21-22 Nov

19-20 Déc

15-16-17 Janv 2016

19-20-21 Février

18-19-20 Mars

15-16-17 Avril

13-14-15 Mai

10-11-12 Juin

1-2-3 Juillet

9-10-11 Sept

7-8-9 Oct

4-5-6 Nov

Déc 2017

Session
AIX^{en P.} Nov. 2015

21-22 nov. 2015

12-13 déc. 2015

16-17 janv. 2016

19-20-21 fév. 2016

11-12-13 mars 2016

15-16-17 avril 2016

13-14-15 mai 2016

17-18-19 juin 2016

18-9-10 juil. 2016

16-17-18 sept. 2016

14-15-16 oct. 2016

4-5-6 nov. 2016

2-3-4 déc. 2016

7-8 janv. 2017

Cycle d'approfondissement

Sophro-Analyse Intégrative®

PARIS

L'amour

L'argent

La sexualité

La mort

Session 2014-2015

En cours

Session 2016-2017

25-26-27 sept. 2016

27-28-29 nov. 2016

22-23-24 janvier 2017

4-5-6 mars 2017

Cycle d'approfondissement

Sophrologie Intégrative®

PARIS

Le corps

Les émotions

L'intuition

La transmission

Session 2015-2016

25-26-27 sept. 2015

27-28-29 nov. 2015

22-23-24 janvier 2016

4-5-6 mars 2016

Session 2016-2017

25-26-27 sept. 2016

27-28-29 nov. 2016

22-23-24 janvier 2017

3-4-5 mars 2017

Calendrier

2014-2015



Formations complémentaires

PARIS

Session 2015

Session 2016

Réussir
son installation

13-14-15 février 2015
3-4-5 Juillet 2015

12-13-14 Février 2016

Quelle image du corps ...
pour quel comportement alimentaire ?

23-24-25 oct. 15

à venir

Accueillir la vie
Fertilité, Maternité, Parentalité

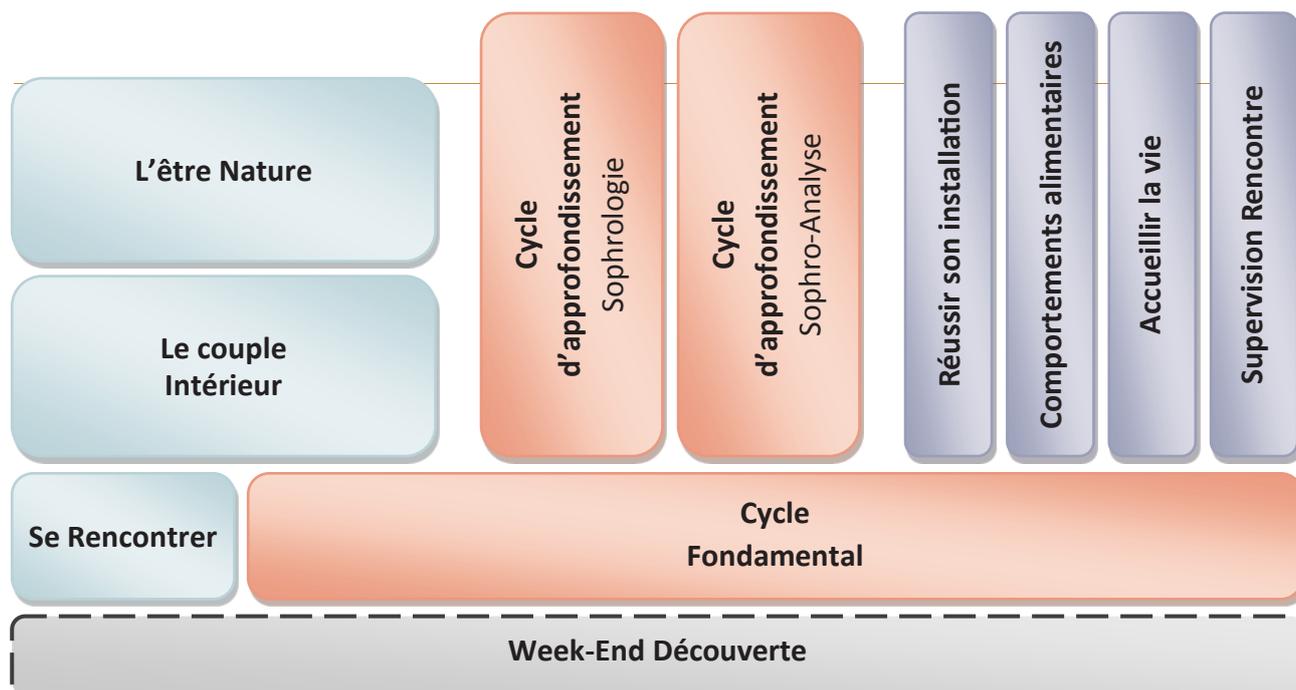
2-3 Mai et
26-27 Juin 2015

à venir

Supervision & Rencontre

6-7 juin 2015

à venir



Nom : _____ Prénom : _____
 E-mail : _____ Tél. : _____
 Date de naissance : _____ Profession : _____
 Adresse : _____

Tarifs aux particuliers valables jusqu'au 30/04/2015 - Pour les formations financées par une entreprise / un organisme, nous contacter.

Les Expérientiels

- | | | |
|---|---|--------------|
| <input type="checkbox"/> WE Découverte du 7-8 mars 15 | <input type="checkbox"/> WE Découverte du 10-11 oct. 15 | 280€ |
| <input type="checkbox"/> Par stage (hors hébergement à réserver) | | |
| <input type="checkbox"/> Se Rencontrer ... | | 680€ |
| <input type="checkbox"/> Le Couple Intérieur | | 680€ |
| | <input type="checkbox"/> Conjoint Participant | 340€ |
| | <input type="checkbox"/> Seconde participation | 480€ |
| | <input type="checkbox"/> Seconde participation (couple) | 820€ |
| <input type="checkbox"/> L'être Nature | | 680€ |
| <input type="checkbox"/> Cycle complet | | 1880€ |

Cycle Fondamental

PARIS

- | | | |
|---|--|--------------|
| <input type="checkbox"/> Session Avril 2015 | <input type="checkbox"/> Session Oct. 2015 | 5180€ |
|---|--|--------------|

AIX EN PROVENCE

- | | | |
|--|--|--------------|
| <input type="checkbox"/> Session Nov. 2015 | <input type="checkbox"/> Session Nov. 2016 | 5180€ |
|--|--|--------------|

Cycle d'Approfondissement

SOPHRO-ANALYSE INTÉGRATIVE®

- | | |
|---------------------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> Session 2015 | 1620€ |
|---------------------------------------|--------------|

SOPHROLOGIE INTÉGRATIVE®

- | | |
|---------------------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> Session 2015 | 1620€ |
|---------------------------------------|--------------|

Formations complémentaires

- | | | |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------|
| REUSSIR SON INSTALLATION | <input type="checkbox"/> juillet 2015 | 400€ |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------|

- | | | |
|---------------------------|---------------------------------------|-------------|
| QUELLE IMAGE DU CORPS ... | <input type="checkbox"/> octobre 2015 | 450€ |
|---------------------------|---------------------------------------|-------------|

- | | | |
|-------------------|--|-----------------------------|
| ACCUEILLIR LA VIE | <input type="checkbox"/> mai-juin 2015 "prix de lancement" | 600€ 550€ |
|-------------------|--|-----------------------------|

- | | | |
|--------------------------|--|-----------------------------|
| SUPERVISION & RENCONTRES | <input type="checkbox"/> juin 2015 "prix de lancement" | 280€ 200€ |
|--------------------------|--|-----------------------------|

TOTAL

Je choisis de régler de la manière suivante et j'établis mes chèques à l'ordre de **INSPIRER EXPIRER SOURIRE**

Expérientiels - Le WE découverte *

- | |
|---|
| <input type="checkbox"/> En un règlement comptant de 280 € pour le Week-End |
|---|

Les Expérientiels—Se Rencontrer , Le Couple Intérieur ou/ et L'Être Nature ou le Cycle Expérientiel Complet *

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> En un règlement comptant de € | <input type="checkbox"/> En deux règlements de € |
|--|--|

Le Cycle fondamental *

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> En un règlement comptant.
Je bénéficie d'une remise de 5 % sur 1 620 €
et je joins un chèque de 4 921 €. | <input type="checkbox"/> En 14 mensualités de 370 €. Je joins 14 chèques. |
|---|---|

Le Cycle d'approfondissement *

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> En un règlement comptant.
Je bénéficie d'une remise de 5 % sur 1 620 €
et je joins un chèque de 1 539 € | <input type="checkbox"/> En 4 mensualités de 405€. Je joins 4 chèques |
|--|---|

Les formations complémentaires *

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> En un règlement comptant de € |
|--|

* cochez la case du type de règlement choisie

Conditions générales de vente du contrat de formation

Article 1 : Le stagiaire déclare avoir pris connaissance des renseignements fournis dans le Catalogue 2014 -2015 de l'Institut Européen de Sophro-Analyse et ayant valeur d'éléments de contrat sur la nature, la durée et l'objet des actions de formation, les conditions, les moyens pédagogiques et techniques, les modalités des contrôles des connaissances et la nature de la sanction de la (des) formation(s) qu'il désire suivre ; les références, titres ou diplômes des formateurs.

Article 2 : A l'exception des stages Expérientiels, le stagiaire reconnaît que cette formation est à but professionnel et n'est pas une thérapie personnelle ou de groupe.

Article 3 : Le lieu du déroulement de la formation est indiqué dans le présent catalogue. Il est confirmé 15 jours avant le début de la formation.

Article 4 : Le règlement intérieur ainsi que la convocation aux stages seront adressés au stagiaire dès validation du présent contrat.

Article 5 : L'Institut se réserve le droit de modifier le lieu, les dates et le programme des formations. Vous en seriez informés au maximum 15 jours avant la date prévue et aurez le choix entre le report du stage ou le remboursement des sommes versées.

Article 6 : Sous réserve que le stagiaire ait suivi la totalité des stages, qu'il ait rempli les conditions de validation mentionnées à la page 22 du Catalogue 2014 -2015 et que l'Institut ait reçu la totalité du règlement, il sera délivré au stagiaire à l'issue du Cycle fondamental, le Diplôme Européen de Praticien en Sophro-Analyse Intégrative®. Une attestation de formation sera délivrée pour toute action de formation.

Article 7 : Prenant en considération que tout l'enseignement présenté dans le cadre du centre de formation est sa propriété, le stagiaire s'engage à ne pas utiliser les documents écrits et enregistrés autrement qu'à titre privé, pour sa propre formation dans le cadre de ses études actuelles. Toute reproduction intégrale ou partielle, des cours, supports de cours ou autre, faite par quelque procédé que ce soit sans le consentement écrit de l'Institut Européen de Sophro-Analyse Intégrative®, pendant et après la formation, est donc illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du code pénal.

Article 8 : Conformément à l'article L.6353-5 du Code du Travail, il est rappelé que dans un délai de 10 jours à compter de la signature du présent contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée, avec accusé de réception, adressée à l'organisme de formation. Aucune somme ne pourra alors être réclamée. Si en cas de force majeure dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre le programme, il peut résilier le contrat. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues. Le tarif de la formation est indiqué à la page 39 du Catalogue 2014 -2015.

Article 9 : Dans le cas d'abandon de la formation par le stagiaire, les prestations effectivement dispensées sont dues intégralement. Le stagiaire sera remboursé à hauteur de 75% de la part de la formation non effectuée.

Article 10 : Pour le cycle fondamental uniquement, le stagiaire peut renoncer à la formation à l'issue de la première journée du cycle de formation sans aucune pénalité. Le stagiaire devra satisfaire à deux conditions : premièrement avoir assisté à la première journée de formation. Deuxièmement avoir signalé au formateur son désir d'arrêter son cursus de formation au plus tard à la fin de la première journée de formation. Passé ce délai, le stagiaire sera considéré dans le cas d'abandon de la formation de l'article 9. Si le stagiaire remplit ces deux conditions et confirme sa décision dans les 7 jours par l'envoi d'un courrier recommandé, le ou les chèques remis à l'inscription de la formation lui seront retourné(s) sous 15 jours.

Article 11 : Tout chèque rejeté fera l'objet d'une facture forfaitaire de 30 euros destinée à couvrir les frais bancaires et administratifs. Le montant du chèque rejeté devra être réglé sous quinze jours.

Article 12 : Le stagiaire bénéficie d'une assistance gratuite, liée à son installation, et pendant un an à compter de la fin de sa formation « Réussir son installation ».

Article 13 : Le stagiaire autorise l'Institut Européen de Sophro-Analyse à utiliser à titre gracieux d'éventuelles photos ou enregistrements vidéo des formations où il est susceptible de figurer (droit à l'image).

Article 14 : Le stagiaire accepte que ses coordonnées personnelles soient communiquées à l'ensemble des participants de la (des) formation(s) à laquelle (auxquelles) il est inscrit. Conformément à la loi du 6 janvier 1978 (art 11-3), il dispose d'un droit d'accès, d'opposition et de rectification aux informations le concernant.

Article 15 : Le stagiaire reconnaît avoir pris connaissance de ces différentes dispositions ainsi que des conditions d'admission et de validation mentionnées dans le Catalogue de l'Institut Européen de Sophro Analyse 2014-2015. Il donne son accord sur toutes ces dispositions.

« Je reconnais avoir bien pris connaissance des conditions générales de vente de l'Institut Européen de Sophro Analyse »

Faire précéder de la mention « Lu et approuve »

Fait à Malakoff, le
Prénom, Nom et signature du stagiaire

Pour L'IESA
Alain Bellone
Directeur Pédagogique et Gérant

La goutte dans la mer
peut parfois savoir
qu'elle est dans la mer.

Mais elle sait rarement
que la mer est aussi en elle.

Karlfried Graf Dürckheim



Institut Européen
de
Sophro-Analyse



10 rue François Coppée 92400 MALAKOFF - 06 35 59 18 88
www.sophro-analyse.eu | contact@sophro-analyse.eu