

Formation au métier de Sophrologue

Sophrologie



feps

Fédération des Ecoles
Professionnelles
en Sophrologie

Programme **PROMOTION 87**

Du 7 octobre 2022 au 19 octobre 2024



Institut de Sophrologie Rhône-Alpes

Institut de Sophrologie Rhône-Alpes	p. 3
Notre Charte d'engagement	p. 4
Les règles d'admission	p. 5
La formation au métier de sophrologue	p. 6
Le Cycle Fondamental	p. 7
Le Cycle de Professionnalisation	p. 8
Validation de la formation au métier de sophrologue	p. 9
Calendrier et horaires	p.10
Inscription à la formation	p. 11

INSTITUT DE SOPHROLOGIE RHONE-ALPES



L'INSTITUT DE SOPHROLOGIE RHÔNE-ALPES, (I.S.R.A), implanté à Lyon depuis 1986, est une Société à Responsabilité Limitée dirigée par Marie-Claire MARTELLETTI, Directrice Pédagogique et Olivia ROUX, Directrice Administrative et Financière.

L'ISRA fait intervenir **une dizaine de formateurs**, tous **sophrologues**, et **spécialistes** dans leurs domaines de compétences.

La formation au métier de Sophrologue dispensée par L'ISRA comporte deux étapes :

- * Le **Cycle Fondamental** qui vous permet d'acquérir les bases de la méthode par l'apprentissage des 4 degrés académiques de la méthode.
- * Le **Cycle de Professionnalisation** destiné à l'approfondissement de vos compétences et à l'adaptation de la méthode aux différents publics.

Ces deux étapes sont indispensables pour devenir sophrologue.

L'ISRA est membre de la **Fédération des Écoles Professionnelles en Sophrologie** (F.E.P.S.) qui est engagée dans un processus de reconnaissance de la profession.



Notre vocation est triple :

- * La formation et la post formation des professionnels, ainsi que l'accompagnement et le suivi personnalisé de nos élèves
- * La reconnaissance de notre profession
- * L'évolution et l'adaptation de notre formation pour répondre aux exigences du métier face aux enjeux de la société.

La direction de l'Institut



Marie-Claire MARTELLETTI
Directrice et référente pédagogique
Sophrologue diplômée C.E.P.S
Formatrice
Consultante en entreprises



Olivia ROUX
Directrice Administrative et Financière
Sophrologue diplômée I.S.R.A
Présidente de la FEPS
Référénte personne en situation de handicap

CHARTRE D'ENGAGEMENT

Nos valeurs

La Qualité, la transmission, l'accompagnement

- 1 Nous nous engageons à **l'écoute et à la disponibilité** pour répondre à toutes les questions que vous vous posez avant votre entrée en formation.
- 2 Nous nous engageons à **la transparence et à la clarté** de la transmission concernant la sophrologie, le fonctionnement de l'Institut, et à rencontrer toutes personnes qui le souhaiteraient.
- 3 Nous nous engageons à **ne pas modifier les conditions de formation** prévues dans le programme que vous avez reçu.
- 4 Nous nous engageons sur la qualification de nos formateurs à l'évolution de nos compétences, et à **l'amélioration constante de la qualité de notre formation**.
- 5 Nous nous engageons à **l'accompagnement**, selon les besoins, **de chacun de nos élèves** pendant la durée de leur formation.
- 6 Nous nous engageons à **respecter les règles éthiques et déontologiques** de notre profession.
- 7 Nous nous engageons **au partenariat**, au conseil et à l'accompagnement professionnel de tous nos élèves après la fin de leur formation.

REGLES D'ADMISSION

Après étude de votre dossier de candidature (dont lettre de motivation et CV), il vous sera demandé un entretien avec un membre de l'équipe pour valider votre entrée en formation.

Public visé et effectif des promotions

La formation proposée par l'Institut de Sophrologie Rhône-Alpes s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent devenir sophrologue ou utiliser la sophrologie dans un cadre professionnel.

La **Formation Professionnelle** est **ouverte à tout travailleur ou demandeur d'emploi**. Elle entre dans la catégorie des actions d'acquisition, d'entretien et de perfectionnement des connaissances.

Les promotions sont constituées d'une vingtaine de participants maximum pour favoriser la cohésion de groupe.

Prérequis

Le stagiaire est informé qu'il est préférable de posséder le niveau d'études de niveau IV.

En deçà de ce niveau, une dérogation peut être éventuellement accordée par la direction de l'Institut de Sophrologie Rhône-Alpes.

Avant l'entrée en formation, une évaluation des connaissances du stagiaire sur le métier de sophrologue sera réalisée.

L'inscription à la formation peut se faire jusqu'à la veille de la formation, en fonction des places encore disponibles et sous réserve d'acceptation de la candidature.

Tout handicap doit être précisé mais restera confidentiel.

LA FORMATION AU MÉTIER DE SOPHROLOGUE

Déroulement

Objectifs de la formation :

Préparer le candidat à la validation des 3 blocs de compétences pour exercer le métier de sophrologue.

Notre Formation apporte **toutes les compétences théoriques, techniques, et pratiques** propres à la méthode, qui permettent au sophrologue de se définir comme un professionnel à part entière.

La Formation est dite « vivantielle », c'est-à-dire qu'elle s'articule autour du vécu de la personne. Elle **comporte une majorité de pratiques** (environ 2/3). Chaque exercice est montré et pratiqué ensuite par les stagiaires pour favoriser l'intégration. Des supports de cours sont remis à chaque module. L'enregistrement des pratiques est recommandé.

Moyens mis en œuvre :

Salle de cours adaptée au nombre de participants et équipée (chaises, paper-boards, feutres, vidéoprojecteur).

L'INSTITUT DE SOPHROLOGIE RHÔNE-ALPES organise **2 promotions de Formation Professionnelle par an**. La Formation complète se déroule en deux étapes :

Cycle Fondamental

- * 33 jours, répartis sur environ 13 mois
- * 250 heures de cours présentiels
- * 12 heures de stage d'application pratique
- * 13 modules de 2 jour
- * 2 modules de 3,5 jours

Cycle de Professionnalisation

- * 20 jours de formation
- * 150 heures de cours en présentiels
- * 10 modules de 2 jours

Soit **53 jours** de formation en présentiel soit **400 heures**

L'espacement entre chaque stage est destiné à permettre l'entraînement personnel indispensable à l'intégration de la méthode. La durée de la formation ne peut donc être réduite.

Ce cycle est destiné à l'approfondissement de vos compétences et à l'adaptation de la méthode en situation réelle ainsi qu'à la définition et à la mise en œuvre de votre projet professionnel.

CYCLE FONDAMENTAL

Présentation

Objectifs

Le cycle fondamental prépare le candidat à la validation du bloc de compétences :

- « **Animer une séance de sophrologie en adaptant les techniques au(x) participant(s)** ».

Les modules du Cycle Fondamental permettent :

- * D'appréhender les fondements de la méthodologie de la sophrologie
- * D'intégrer les 4 degrés de la méthode académique du Professeur Caycédo et leurs principales techniques associées
- * D'animer des séances de sophrologie.

Méthode pédagogique

Pour l'ensemble du Cycle Fondamental, vous seront proposés :

- * Des apports théoriques et pratiques
- * Du Travail en groupe et en sous-groupes
- * Des Expérimentations de séances de sophrologie
- * Des Echanges avec le groupe

Programme

- * Connaître l'histoire de la sophrologie
- * Connaître l'épistémologie de la sophrologie
- * Connaître les lois, les principes, les concepts, les buts de la sophrologie
- * Intégrer les relaxations dynamiques et exercices spécifiques des 4 degrés de la méthode
- * Appréhender les bases de l'anatomie
- * Appréhender les bases de la neuro-physiologie du stress
- * Aborder les notions de conscience et de temps en lien avec la méthodologie
- * Connaître les théories et concepts de l'intelligence émotionnelle
- * Optimiser la prise de parole en public
- * Animer une séance de sophrologie

CYCLE DE PROFESSIONNALISATION

Présentation

Objectifs

Le Cycle de Professionnalisation est accessible aux stagiaires ayant validé le bloc de compétences :

- **Animer une séance de sophrologie en adaptant les techniques au(x) participant(s) .**

Ce cycle prépare le candidat à valider les 2 autres blocs de compétences :

- **Définir et valider avec le ou les participants le cadre de l'accompagnement sophrologique.**
- **Créer, développer et gérer son activité professionnelle.**

Les modules du cycle de professionnalisation permettent :

- * De développer sa capacité à proposer un protocole adapté selon la demande
- * D'investir une posture professionnelle
- * D'animer des séances en situation réelle dans le cadre d'un stage d'application
- * De définir son projet professionnel
- * De lancer et développer son activité (gestion, comptabilité, statut juridique, communication, etc.)
- * De renforcer sa capacité d'adaptation.

Méthode pédagogique

Pour l'ensemble du Cycle d'Approfondissement et d'Adaptation, vous seront proposés :

- * Des apports théoriques et pratiques
- * Des Mises en situation professionnelles
- * Du Travail en groupe et en sous-groupes
- * Des Expérimentations de séances de sophrologie
- * Des Echanges avec le groupe

Programme

- * Construire des séances, créer un atelier
- * Préparer les stages d'application (individuel et collectif)
- * Mener un entretien avec le ou les participant(s) et concevoir un programme d'accompagnement
- * Savoir accompagner au changement
- * Comprendre les mécanismes du sommeil
- * Connaître les concepts de confiance et estime de soi
- * Construire, gérer et promouvoir son projet professionnel
- * Connaître les premiers secours en santé mentale,

VALIDATION DE LA FORMATION AU METIER DE SOPHROLOGUE

La validation de la formation au métier de sophrologue permet d'attester des compétences, des aptitudes et des connaissances nécessaires à l'exercice de la profession.

Pour accéder à la validation, le candidat doit avoir :

- Suivi 400 heures de cours présentiels
- Réalisé un stage d'application d'au moins 12 heures en collectif
- Réalisé un accompagnement individuel d'au moins 6 heures
- Satisfait à toutes les évaluations orales et écrites et obtenu la note de 12/20 à chaque bloc de compétences
- Validé les 3 blocs de compétences.

➤ **BLOC DE COMPETENCES N°1**

Définir et valider avec le ou les participants le cadre de l'accompagnement sophrologique.

➤ **BLOC DE COMPETENCES N°2**

Animer une séance de sophrologie.

➤ **BLOC DE COMPETENCES N°3**

Créer, développer et gérer son activité professionnelle.

CONDITIONS D'ACCES AU DISPOSITIF D'EVALUATION

Afin que les candidats à besoins spécifiques puissent passer les évaluations dans les conditions équitables, l'ISRA mettra en place les moyens nécessaires tant en ce qui concerne la durée que les moyens matériels et humains, sans modifier les contenus des épreuves, pour maintenir le niveau d'examen requis ; à condition que la demande soit formulée et l'avis médical présenté au moment de l'inscription de la certification.

CALENDRIER ET HORAIRES

Calendrier

CYCLE FONDAMENTAL

Acquisition de la méthode

Module A	Vendredi 7 et 8 octobre 2022
Module B1	Vendredi 11 et Samedi 12 novembre 2022
Module B2	Vendredi 16 et Samedi 17 décembre 2022
Module B3	Vendredi 27 et Samedi 28 janvier 2023
Module B4	Vendredi 17 et Samedi 18 février 2023
Module B5	Vendredi 14 et Samedi 15 avril 2023
Module B6	Vendredi 5 et Samedi 6 mai 2023
Module B.R. (résidentiel)	Du Jeudi 8 au Dimanche 11 juin 2023
Module C1	Vendredi 7 et Samedi 8 juillet 2023
Module C2	Vendredi 1 et Samedi 2 septembre 2023
Module C3	Vendredi 22 et Samedi 23 septembre 2023
Module C4	Vendredi 6 et Samedi 7 octobre 2023
Module C5	Vendredi 10 et Samedi 11 novembre 2023
Module C6	Vendredi 15 et Samedi 16 décembre 2023
Module C.R. (résidentiel)	Du Jeudi 18 au Dimanche 21 janvier 2024

CYCLE DE PROFESSIONNALISATION

Définir et lancer son
activité de sophrologue

Module 1	Vendredi 16 et Samedi 17 février 2024
Module 2	Vendredi 8 et Samedi 9 mars 2024
Module 3	Vendredi 29 et Samedi 30 mars 2024
Module 4	Vendredi 12 et Samedi 13 avril 2024
Module 5	Vendredi 3 et Samedi 4 mai 2024
Module 6	Vendredi 31 mai et Samedi 1 ^{er} juin 2024
Module 7	Vendredi 5 et Samedi 6 juillet 2024
Module 8	Vendredi 30 et Samedi 31 août 2024
Module 9	Vendredi 20 et Samedi 21 septembre 2024
Module 10	Vendredi 18 et Samedi 19 octobre 2024

Horaires

9 h - 12 h 30 | 14 h - 18 h



Inscription à la formation

Tarif de la formation	p. 12
Conditions Générales	p. 13
Bulletin de candidature	p. 15

TARIF DE LA FORMATION

Afin que tout soit clair entre nous...

...Et que vous n'ayez pas de surprise !

FINANCEMENT - MODALITES DE REGLEMENT

Le tarif du **Cycle Fondamental** s'élève à **4 500 euros**.

Nous avons conscience que cette formation représente pour vous un investissement personnel et financier important. Pour faciliter votre gestion, les règlements se font de manière échelonnées, soit :

500 € à régler lors de la signature de votre contrat de formation.

500 € à régler un mois avant l'entrée en formation.

Le solde des règlements s'échelonne ainsi : 14 mensualités de 250 €

Le tarif du **Cycle de Professionnalisation** s'élève à **2 700 €**,

Pouvant être réglé en 10 mensualités de 270 €.

Ces tarifs comprennent les frais pédagogiques et les documents de formation.

L'échéancier détaillé vous est remis au reçu de votre dossier d'inscription.

LES COURS

Ils se déroulent au :

CISL – 103 boulevard des Etats-Unis

69008 LYON

Ou

Hôtel des Barolles – 14 route de Lyon

69530 BRIGNAIS

Ou

ISRA – 10 chemin des tards venus 69530 BRIGNAIS

Les modules de formation à l'extérieur de Lyon (B.R et C.R) se déroulent en résidentiels, au chalet le Jura 1040 chemin des mûres 01130 GIRON.

Le tarif pour l'hébergement et les repas s'élève à 230 euros pour les 3 jours et demi.

Tél. 04 50 56 29 94

Mail. chaletjura@yahoo.fr

Ces locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

L'INSCRIPTION A LA FORMATION

Vous nous renvoyez le bulletin d'inscription joint à ce programme avec les pièces demandées (photo, curriculum vitae, lettre de motivation et conditions générales de vente dûment signées). Au reçu de votre dossier et après examen par l'équipe pédagogique, nous vous proposons un entretien afin de valider avec vous votre entrée en formation.

Environ 6 semaines avant le premier séminaire, vous recevrez les dernières informations pratiques.

...Et s'il vous reste des questions,

N'hésitez pas à nous téléphoner au 04 78 74 93 77

ou à prendre contact par mail à l'adresse sophrologie.rhonealpes@gmail.com

CONDITIONS GENERALES DE VENTE

DESIGNATION

ISRA est un organisme de formation professionnelle au métier de sophrologue. Son siège est situé au 10 chemin des Tards-Venus 69530 BRIGNAIS - Déclaration d'activité enregistrée sous le N°82691338169 auprès de la DIRECTTE - Code APE 8559A

Dans les paragraphes qui suivent, il est convenu de désigner par :

Client : toute personne physique ou morale qui s'inscrit ou passe commande d'une formation auprès de l'ISRA.

Stagiaire : la personne physique qui participe à une formation.

CGV : les conditions générales de vente, détaillées ci-dessous

OPCO : les organismes paritaires collecteurs agréés chargés de collecter et gérer l'effort de formation des entreprises.

ISRA : Institut de Sophrologie Rhône Alpes.

OBJET

Les présentes conditions générales de vente s'appliquent à l'ensemble des prestations de formation engagées par ISRA pour le compte d'un client. Le fait de s'inscrire ou de passer commande implique l'adhésion pleine et sans réserve du client aux présentes conditions générales de vente. Les présentes conditions générales de vente prévalent sur tout autre document du client.

PROCEDURE D'INSCRIPTION

La demande d'inscription s'effectue par téléphone ou mail auprès du secrétariat de l'ISRA. Dans tous les cas, cette demande doit être accompagnée d'un curriculum-vitae et d'une lettre de motivation. La réception de ces deux derniers documents donne lieu à pré-inscription. Un entretien motivationnel est alors proposé à chaque candidat à l'issue duquel l'inscription est acceptée ou refusée. Toute inscription implique l'acceptation sans réserve par le stagiaire et son adhésion pleine et entière aux présentes conditions générales de vente. Le stagiaire reconnaît à cet effet que, préalablement à son inscription, il a bénéficié des informations et conseils suffisants par l'ISRA lui permettant de s'assurer de l'adéquation de la formation à ses besoins.

L'ISRA fait parvenir au stagiaire, en double exemplaire, une convention de formation professionnelle continue établie selon les articles L6353-1 et L6353-2 du Code du travail ou un Contrat de formation professionnelle établi selon les articles L.6353-3 à L.6353-7 du Code du travail dont le stagiaire s'engage à retourner dans les plus brefs délais un exemplaire signé avec les documents demandés.

Si le stagiaire est en autofinancement l'inscription sera définitive lorsqu'ISRA aura reçu les pièces relatives au financement de la formation et le règlement des premiers acomptes : 500 euros à la signature du contrat de formation et 565 euros un mois avant l'entrée en formation.

Pour les prises en charge des organismes collecteurs ou entreprises l'inscription est définitive lorsque l'accord de prise en charge est reçu par l'ISRA. En ce cas, la place ne peut être garantie en raison d'un grand nombre de demande. Afin de garantir sa place à la session demandée, le client peut opter pour un financement personnel en cas de refus de prise en charge. Cette option doit être annoncée lors de la procédure d'inscription avant la rédaction du contrat de formation.

Dans les deux cas le règlement intérieur d'ISRA doit être signé par le stagiaire lors de l'inscription.

TARIF-REGLEMENT-PAIEMENT

Les prix indiqués sur les différents documents émis par ISRA pour l'année en vigueur sont indiqués en euros nets de taxes. Ils correspondent à la formation ainsi qu'à la documentation pédagogique remise à chaque stagiaire. Ils ne comprennent pas les frais de repas, de pause, d'hébergement et de déplacement qui restent à la charge du stagiaire.

Le règlement de l'intégralité du prix de la formation s'effectue selon les modalités suivantes :

Dans le cas d'une personne morale le règlement s'effectue à réception de la facture émise mensuellement par ISRA et adressée au client ou à l'organisme financeur.

Dans le cas d'une personne physique, le règlement s'effectue sous la forme d'un échancier selon les dispositions particulières mentionnées dans la convention ou le contrat signé entre ISRA et le client.

Le client peut renoncer à tout moment à son inscription. Il convient d'en informer ISRA par mail ou courrier le plus rapidement possible.

Tout retard de paiement doit être honoré au plus tôt suivant un calendrier proposé par ISRA. Si le client est dans l'impossibilité d'honorer les frais de la formation malgré le calendrier proposé, ISRA se réserve le droit de mettre un terme au contrat par courrier avec accusé de réception.

Lorsque la formation est prise en charge par un organisme tiers, le stagiaire s'engage à signer les attestations de présence spécifiques à l'organisme tiers pour ISRA et celles pour lui-même destinées à l'employeur.

Le stagiaire souhaitant arrêter sa formation doit en faire part par courrier avec accusé de réception à ISRA. Le service comptable de ISRA effectue un bilan financier permettant de calculer ce qui a été consommé par le stagiaire en terme d'heures de formation et le total des mensualités déjà versées. Si ce calcul fait apparaître un trop perçu, ISRA remboursera la différence au stagiaire. Si le calcul est en défaveur du stagiaire, ce dernier versera la différence à ISRA. Ce calcul est exposé par courrier au stagiaire en toute transparence. L'arrêt de formation ne donne donc lieu à aucune pénalité.

ANNULATION OU REPORT DE LA FORMATION

Si le nombre de stagiaires inscrit à une formation est jugé insuffisant, l'ISRA se réserve le droit d'annuler cette formation pour des raisons pédagogiques au plus tard 3 semaines avant la date prévue. L'ISRA s'engage à prévenir au plus tôt chaque stagiaire.

L'ISRA se réserve le droit de reporter la formation, de modifier le lieu de son déroulement, le contenu de son programme si des circonstances indépendantes de sa volonté l'y obligent.

Toute demande d'annulation d'une inscription à l'initiative du stagiaire doit être notifiée par écrit et par lui-même.

VALIDATION DE LA FORMATION

La validation de la formation est effectuée par l'ISRA selon des modalités qui sont définies dans la convention ou le contrat signé entre ISRA et le stagiaire. Les décisions prises lors de la validation sont souveraines et l'ISRA n'a pas à justifier ses décisions. La validation de la formation initiale entièrement complétée débouche sur le diplôme de sophrologue l'ISRA.

Dans le cas où le stagiaire n'est pas validé, l'ISRA peut s'il le décide et selon chaque cas proposer au stagiaire de représenter sa demande de validation. Pour cela l'ISRA peut demander le suivi par le stagiaire de formation complémentaire.

Dans le cas où, à l'issue de la formation, le stagiaire ne serait pas validé et dans l'impossibilité de se représenter par décision de l'ISRA le stagiaire ne peut prétendre à aucun remboursement ou indemnité du fait de cette non validation. La décision de l'ISRA est souveraine.

REGLEMENT INTERIEUR, RESPONSABILITE ET CONFIDENTIALITE :

Lors de son inscription le stagiaire reçoit un exemplaire du règlement intérieur de l'ISRA qu'il doit lire, approuver et signer.

L'ISRA se réserve le droit de refuser toute inscription pour motif légitime suite à l'entretien motivationnel. Ces motifs sont non discriminatoires.

L'ISRA s'engage à conserver toute confidentialité en rapport avec son stagiaire qui s'engage lui-même à garder confidentielles toutes les informations issues des autres stagiaires ou tout autre participant aux différentes actions de formation.

INFORMATIQUE ET LIBERTÉ

Toutes les données personnelles indispensables à l'inscription du stagiaire (identité, numéro de téléphone, adresse mail et postale, profession, date de naissance, adresse mail) sont recueillies pour la gestion de son dossier, pour les informations concernant la formation continue de l'ISRA et toutes informations en lien avec le métier de sophrologue et la FEPS. Conformément à la loi n°78-17 du 6 janvier 1978 modifiée relative à l'informatique et aux libertés, le Client dispose d'un droit d'accès et de rectification en adressant un courrier à l'adresse suivante : l'ISRA, 10 chemin des Tards Venus 69530 BRIGNAIS.

L'ISRA s'engage à ne pas utiliser vos données personnelles à d'autres fins que celles prévues.

COMPÉTENCE - CONTESTATION

Les conditions générales détaillées dans le présent document sont régies par le droit français. En cas de litige survenant entre le client et l'ISRA à l'occasion de l'interprétation des présentes ou de l'exécution du contrat, il sera recherché une solution à l'amiable. A défaut, les Tribunaux de Lyon seront seuls compétents pour régler le litige.

« En signant la présente, je reconnais avoir pris connaissance et accepté les termes et les conditions générales de vente »

Lieu et Date :

.....

Nom et Prénom

.....

Signature

Bulletin de candidature

du 7 octobre 2022 au 19 octobre 2024 | Promotion 87



10, Chemin des Tards-Venus
69530 BRIGNAIS
Tél.: 04 78 74 93 77



Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

E-mail : @

Téléphone Portable :

Etudes suivies : (scolaires, universitaires, diplômes obtenus :

.....

Je joins à ce bulletin

- 2 photos d'identité
- Mon Curriculum Vitae
- Ma lettre de motivation
- Les conditions générales

Date :

Signature :