



Ecole Supérieure

de Sophrologie Appliquée

d'Ile de France

**FORMATION
DE SOPHROLOGUE
ET DE
RELAXOLOGUE**

ESSA

01.60.33.01.42
06.85.43.57.49

www.essasophro.com
essa.sophro@wanadoo.fr

Formation Professionnalisante

L'équipe de Direction

Anne Almqvist

Directrice de l'ESSA



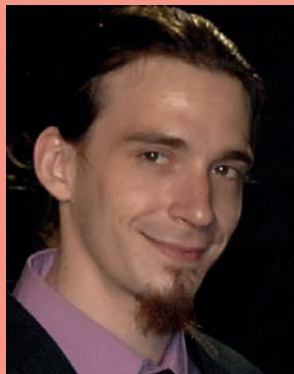
Issue du milieu hospitalier, Sophrologue, Relaxologue et thérapeute en cabinet libéral, Master Spécialiste en sophrologie clinique. Formatrice en Sophrologie et Relaxation dans les hôpitaux de Paris, chef de projet et Directrice à l'ESSA.

Formatrice en relation d'aide.

Membre du réseau ONCOVAL (accompagnement thérapeutique dans la prise en charge du cancer).

Pierre Bonnasse

Directeur pédagogique



Sophrologue diplômé de l'Académie de Sophrologie Caycédiennne de Paris. Formateur et Directeur Pédagogique à l'ESSA. Professeur de Yoga. Ancien chargé de cours à Paris III, Sorbonne Nouvelle (2005-2007). Auteur d'ouvrages et d'articles sur la conscience, les philosophies orientales et occidentales & sur les techniques du bien-être.

Auteur d'ouvrages et d'articles sur la conscience, les philosophies orientales et occidentales & sur les techniques du bien-être.

Lieu de formation



■ Fondée en 2004, l'ESSA, Ecole d'Enseignement Supérieur de Sophrologie Appliquée, organisme de formation membre de la Société Française de Sophrologie, propose une formation professionnelle diplômante et complète de sophrologue et de relaxologue.

■ La formation se déroule en plein cœur de Vincennes, près de Paris, à l'Espace Daniel Sorano, lieu culturel agréable où formations, stages détente et expositions artistiques se mêlent. Les locaux lumineux vous offrent des salles de cours spacieuses agrémentées d'une cafétéria, d'une terrasse et d'un espace de verdure favorisant le travail dans une ambiance conviviale.

N° DE SIRET : 48223959700032

Public concerné par la formation

■ Cette formation s'adresse à toute personne travaillant déjà dans la relation d'aide (médecins, psychologues, infirmiers, kinésithérapeutes, ostéopathes, travailleurs sociaux, enseignants, éducateurs, sportifs...) ainsi qu'à celles désirant s'engager dans une nouvelle orientation professionnelle ou souhaitant découvrir la Sophrologie dans le cadre d'un enrichissement personnel.



L'ÉCOLE

Une des rares écoles, en France, à enseigner le cycle supérieur en Sophrologie selon la méthode Caycédienne correspondant au cycle Master Spécialiste. L'ESSA est un organisme de formation professionnelle reconnu et membre de la Société Française de Sophrologie. Son objectif est d'apporter un enseignement de qualité propice à développer les potentialités de chacun et les compétences nécessaires pour devenir sophrologue et relaxologue et mener sa propre activité pour toute personne souhaitant faire une reconversion professionnelle. La formation est également ouverte aux professionnels de santé qui souhaitent acquérir de nouveaux outils professionnels.

La directrice travaille en partenariat avec 36 autres écoles sur l'enseignement d'un tronc commun pour l'obtention du diplôme de Relaxologue et de Sophrologue praticien permettant d'exercer légalement la sophrologie et la reconnaissance auprès du syndicat des sophrologues et de la Société Française de Sophrologie, instances garantes de l'éthique de notre profession.

LES FORMATEURS

Tous professionnels de la formation, diplômés en sophrologie et praticiens, riches de valeurs humaines, de compétences professionnelles et pédagogiques apportent, par leurs qualifications, leur passion, leur engagement et leur sérieux, un enseignement théorique et pratique complet pour devenir praticien en sophrologie et en relaxation.

LES COURS

se déroulent dans une ambiance chaleureuse et professionnelle. Les groupes sont composés de 24 personnes maximum ce qui permet des échanges de qualité entre les différents stagiaires et les formateurs ainsi qu'une formation et un encadrement au plus proche de chacun.

L'évaluation du stagiaire se fait de façon continue tout au long du cursus de façon à l'aider dans son apprentissage et sa progression et de lui permettre de développer les compétences nécessaires à sa future profession.

LIEU DE FORMATION

Vincennes, près de Paris à l'espace Daniel Sorano.

LE PROGRAMME ET LA PÉDAGOGIE

Le cursus d'études en sophrologie suit le programme officiel du Professeur Caycedo. La sophrologie appliquée consiste à adapter les différentes techniques à plusieurs domaines tels le sport, le social, la santé, l'entreprise, la pédagogie, de la thérapie...

L'objectif propre à notre école consiste à apporter un enseignement complet. Ainsi l'approche thérapeutique et psychologique de Carl Rogers, véritable outil lorsque l'on s'engage dans la relation à l'autre, figure au programme et est enseigné tant sur un plan théorique que pratique.

Tout au long de la formation, des exercices ludiques et dynamiques permettent à chaque stagiaire de faire l'expérience d'une véritable découverte de soi, d'un enrichissement personnel qui favorise le positionnement et l'affirmation de soi et l'intégration de la méthode sophrologique.



CURSUS D'ÉTUDES

NIVEAU 1

Sophrologue Praticien et Relaxologue 452 heures

- **Cycle préparatoire 244 heures**

9 Sessions (2 jours consécutifs par mois)

144h de cours théoriques et pratiques au centre de formation et 100h obligatoires d'entraînement à la méthode par training et e-training

- **Cycle praticien 208 heures**

6 Sessions (2 jours consécutifs par mois)

96h de cours théoriques et pratiques au centre de formation et 100h obligatoires d'entraînement à la méthode par training et e-training
Stage d'application de 12 heures en entreprise ou association

Ce niveau 1 permet l'exercice légal de la sophrologie et de la relaxation

NIVEAU 2

Maître Praticien en Sophrologie 246 heures

(Ce niveau supérieur est un perfectionnement accessible à tous les sophrologues diplômés de l'ESSA ou d'autres écoles)

6 Sessions (2 jours consécutifs par mois) sur 8 mois

96h de cours théoriques et pratiques au centre de formation et 150h obligatoires d'entraînement à la méthode par training et e-training



La sophrologie, créée par le médecin neuropsychiatre espagnol Alfonso Caycedo en 1960, est une méthode scientifique thérapeutique et pédagogique reconnue pour maîtriser l'équilibre corps-esprit.

La sophrologie s'est développée dans de nombreux pays notamment en Suisse, Grande-Bretagne, Etats-Unis. En France, elle est en plein essor et reconnue dans de nombreux domaines notamment:

Médical (préparation à l'accouchement, aux opérations, amélioration des capacités de récupération dans les troubles cardiaques, vasculaires, rhumatologiques, respiratoires, cancérologie, etc.)

Psychologique (insomnies, stress, angoisse, phobies, troubles psychosomatiques...)

Comportemental (compulsions alimentaires, tabagisme, alcoolisme...)

Sportif (préparation mentale, récupération, optimisation des compétences...)

Pédagogique (concentration, anxiété, timidité, mémorisation, préparation mentale aux examens...)

En Entreprise (gestion du stress, surmenage, anxiété, harcèlement...)

La relaxation constitue une aide thérapeutique en soi (l'apprentissage de la détente permet de soulager son corps et son mental lors de situations difficiles) ou simplement un plus au quotidien (elle permet d'apporter un bien-être, un confort).

Elle devient ainsi naturellement un complément de la Sophrologie, un outil très utile dans la découverte de soi.



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Devenir Sophrologue Praticien expert dans l'application de la méthode; un thérapeute compétent capable d'exercer la profession de Sophrologue.

Approche pédagogique

Apprendre et maîtriser la Sophrologie Caycédienne et les différentes méthodes de relaxation à l'aide de cours théoriques et pratiques.

Vivre la méthode, l'expérimenter soi-même, la maîtriser et l'appliquer.

Etablir des protocoles à travers des études de cas pour apprendre à adapter la méthode à chaque personne afin de répondre à la problématique de chacun.

Conduire des séances en groupe et deux à deux pour développer la capacité à guider la méthode.

S'enrichir personnellement, aller à la découverte de soi, l'affirmation de soi à travers des exercices ludiques, dynamiques et des jeux de rôle.

Se former à l'approche psychologique Rogerienne (formation d'aide à la prise en charge thérapeutique)

Développer l'habileté d'écoute dans une démarche professionnelle d'accompagnement et maîtriser l'entretien en face à face dans la relation d'aide en sophrologie.

Expérimenter la méthode en situation professionnelle par la réalisation d'un stage pratique de 12 heures pendant le cycle praticien.

Entre chaque session les stagiaires doivent s'entraîner à la méthode, décrire la phénoménologie de leurs entraînements et faire un travail de lecture.

Aide pédagogique

Un support de formation relié est remis à chaque stagiaire le jour de la rentrée. Il reprend toute la méthodologie, le programme, la méthode et les techniques.

Pour favoriser un entraînement personnel de qualité, l'ESSA propose un site gratuit réservé aux élèves qui souhaitent télécharger les séances de sophrologie et de relaxation.

Un soutien individuel continu sur internet est assuré pour encadrer et aider chaque stagiaire durant le travail intersession.



PROGRAMME DE LA FORMATION DE SOPHROLOGUE ET RELAXOLOGUE

NIVEAU PRATICIEN (Niveau 1)

- Cycle préparatoire

La sophrologie

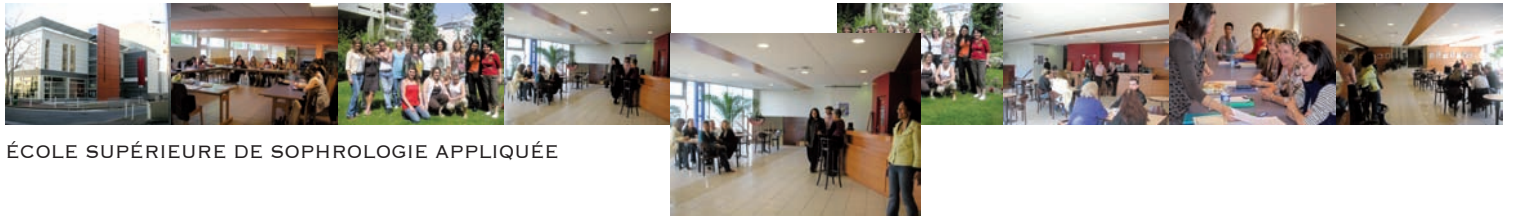
- Notions théoriques; définition de la Sophrologie Caycédienne, son histoire et ses origines.
- Principes fondamentaux, concepts et champs d'application de la sophrologie
- Etats et niveaux de conscience, inconscient, conscient, préconscient
- La phénoménologie
- Les différentes techniques du cycle fondamental en sophrologie :
Théories et pratiques des techniques spécifiques, leurs applications et leurs indications.
- Apprentissage et pratiques des Relaxation Dynamique de Caycedo
RDC 1er et 2ème degré
- Indications/contre-indications à la sophrologie
- Sophrologie socio-prophylactique, pédagogique, sophrologie ludique, sophro-thérapie.
- La juste distance. L'alliance sophronique dans la relation thérapeutique sophrologique
- Le transfert / le contre transfert
- Etudes de cas cliniques

La relaxation

- Définitions, généralités et différentes approches de la relaxation
- Apprentissage et pratiques des techniques de relaxation :
Jacobson, Schultz, Vittoz, Yoga Nidra, Mindfulness

Les outils de la prise en charge

- L'écoute active et thérapeutique selon la théorie de Porter.
Théorie, pratiques et jeux de rôle.
- Mise en situation professionnelle.



- Cycle praticien

La sophrologie

- Les différentes techniques du cycle fondamental en sophrologie permettant un travail thérapeutique sur le passé
- Théories et pratiques des techniques spécifiques de Relaxation Dynamique de Caycédo
- Apprentissage et pratiques des tech de Relaxation Dynamique de Caycédo 3^{ème} et 4^{ème} degré
- Etudes de cas cliniques
- Animations de séances

Les outils de la prise en charge

- Formation d'aide à la prise en charge thérapeutique. Théories psychologiques de C. Rogers
- Théorie, pratiques de l'entretien et jeux de rôle.
- Mises en situation professionnelle
- Les traitements médicamenteux ; classifications, principes actifs et effets secondaires
- Psychopathologie : classifications des troubles psychiques et des symptômes

L'exercice de la profession

- L'exercice libéral ; aide juridique à l'installation, les démarches à faire, les principes comptables, les règles fiscales, le livre des recettes et des dépenses...
- Le code déontologique de la profession.
- La prise en charge sophrologique, le fonctionnement d'un cabinet : gestion des séances...

LES THÈMES TRAITÉS durant le niveau I (cycles préparatoire et praticien)

théories et applications de la sophrologie aux thèmes suivants :

- | | |
|---|--|
| - la respiration | - les dépressions |
| - les émotions | - les troubles somatiques |
| - les rythmes biologiques et les troubles du sommeil | - sexologie |
| - l'enfance | - le schéma corporel et les troubles de l'image de soi |
| - sophrologie dans le milieu de l'entreprise, le harcèlement moral... | - la concentration |
| - les addictions (tabac, nourriture...) | - la mémoire |
| - les dépendances affectives | - l'énergie |
| - le stress | - les sens |
| - mécanisme neurophysiologique du tonus musculaire | |



ÉCOLE SUPÉRIEURE DE SOPHROLOGIE APPLIQUÉE

NIVEAU MAÎTRE PRATICIEN EN SOPHROLOGIE (Niveau 2)

(équivalent Master Caycédien)

Niveau réservé aux sophrologues praticiens diplômés de l'ESSA ou d'autres écoles

- Cycle supérieur
 - Apprentissage et pratiques des techniques de Relaxation Dynamique de Caycédó RDC 5^{ème} et 12^{ème} degré
 - Les différentes techniques spécifiques du cycle supérieur en sophrologie
 - Apprentissage et pratiques des techniques de Sophro projection spacio temporelle ; la relation à soi, la relation aux autres, la relation au monde, la relation au temps
 - Apprentissage et pratiques des techniques de Sophro Analyse
 - Apprentissage et pratiques des techniques de Sophro Généalogie ; l'arbre familial, le phéno-génosociogramme se restructurer autour de liens positifs s'individualiser
 - La méditation

LES THÈMES TRAITÉS durant le niveau II

théories et applications des techniques aux thèmes suivants :

- Les troubles psychosomatiques
- préparation mentale sportive
- la maternité, la parentalité
- la douleur
- la mort, la perte, le deuil
- les phobies
- le cancer
- l'immunologie





L'OBTENTION DES DIPLÔMES

L'évaluation du stagiaire se fait de manière continue tout au long du cursus de façon à l'aider dans son apprentissage et sa progression. Elle permet d'apprécier si le stagiaire a acquis les connaissances et les compétences propres à la profession.

TITRES DÉLIVRÉS

Diplôme de Sophrologue Praticien
Diplôme de Relaxologue Praticien
Diplôme de Maître Praticien en Sophrologie

Les diplômes de Relaxologue, de Sophrologue Praticien et de Maître Praticien en Sophrologie sont des diplômes d'école et leur délivrance est conditionnée par :

- La présence à toutes les journées de formation
- Une implication et une participation active
- La validation du rapport de stage (praticien)
- La capacité à conduire des séances de sophrologie et de relaxation
- La capacité à être dans les principes fondamentaux de la sophrologie
- La validation du rapport de stage (Praticien)
- Mémoire de fin d'étude (Maître Praticien)

Dans le cas où un stagiaire n'obtiendrait pas son diplôme il serait autorisé à suivre des sessions de rattrapage lors de la promotion suivante.

Cette formation permet d'exercer légalement la Sophrologie.

La formation est membre de la Société Française de Sophrologie et répond à ses exigences déontologiques.



INSCRIPTION

Les places sont limitées afin que chaque stagiaire puisse profiter de cette formation de manière optimale.

L'inscription se fera à l'issue d'un entretien préalable et vous devrez joindre à votre dossier d'inscription les pièces suivantes:

- Le bulletin d'inscription complété
- Un curriculum vitæ
- La photocopie d'une pièce d'identité en cours de validité
- 2 photos d'identité au dos desquelles vous aurez inscrit votre nom
- La photocopie d'un diplôme mentionné dans le CV
- Une lettre évoquant vos motivations à suivre cette formation ainsi qu'une présentation succincte de vous même et de votre projet (personnel, professionnel...)
- Un acompte sur les frais pédagogiques de 30% mensualisé (**uniquement si inscription à titre personnel**)

TARIFS :

NOTA : Les frais d'inscription et les supports pédagogiques sont inclus dans les tarifs ci -dessous.

Sophrologue Praticien: (possibilité de payer en plusieurs mensualités)

- Cycle préparatoire (cycle 1) : 2200€
- Cycle praticien (cycle 2) : 1500€

Maître Praticien en Sophrologie: (possibilité de payer en plusieurs mensualités)

- Cycle supérieur : 1800 €





ÉCOLE SUPÉRIEURE DE SOPHROLOGIE APPLIQUÉE

LIEU DE FORMATION:

VINCENNES :

E.S.S.A
Espace Daniel SORANO
16 rue Charles Pathé 94300 Vincennes

Accès :
RER A : Vincennes
Métro Ligne 1:
Château de Vincennes ou Bérault

Parking payant George Pompidou accès par la rue de Fontenay.

RENSEIGNEMENTS : **01.60. 33. 01. 42 / 06.85.43.57.49**

E-mail: essa.sophro@wanadoo.fr

Vous pouvez nous visiter sur notre site : www.essasophro.com

Vous pouvez nous rencontrer sur rendez-vous ou sur le salon zen ainsi que sur le salon du bien-être.





BULLETIN D'INSCRIPTION
à retourner à:
E.S.S.A à l'attention de Madame ALMQVIST
Espace Daniel Sorano 16 rue Charles Pathé 94300 Vincennes

NOM et PRÉNOM:

Date de naissance :

Nationalité :

Profession :

Adresse :

Code postal : **Ville :**

Tel domicile:.....**Portable:**.....

E-mail:.....

Comment avez-vous connu notre école ? :

Inscription au Niveau 1

cycle préparatoire et praticien (prise en charge personnelle)

promotion A **promotion B** **promo C**

Acompte de 30%

Frais d'inscription à joindre à votre dossier: 120 € à l'ordre de ESSA

Acompte frais pédagogiques : 3 chèques de 173,33 € à l'ordre de ESSA (cf. modalités de règlement et d'annulation)

Inscription au Niveau II

cycle supérieur réservé aux Sophrologues diplômés ou certifiés

Frais d'inscription à joindre a votre dossier: 120 € à l'ordre de ESSA

Acompte frais pédagogiques : 3 chèques de 140 € à l'ordre de ESSA

Inscription au Niveau 1

cycle préparatoire et praticien (prise en charge employeur)

promotion A **promotion B** **promo C**



MODALITES DE REGLEMENT ET D'ANNULATION de l'ESSA

conventions générales de vente applicables au 1er janvier 2010

L'inscription aux formations organisées par l'Ecole Supérieure de Sophrologie Appliquée (ESSA) implique la pleine adhésion aux présentes conditions.

1. Inscription

Toute acceptation de la proposition de formation implique l'acceptation sans réserve par le client et son adhésion pleine et entière aux présentes conditions générales de vente. toute inscription se fait, à l'issu d'un entretien d'admission préalable, par écrit à l'aide du bulletin d'inscription de l'ESSA dûment complété joint aux pièces demandées. Cette inscription doit être accompagnée d'un acompte de 30% qui peut être réglé en 3 mensualités. Le client dispose d'un délai de rétractation de 10 jours sans frais.

2. Tarifs et documents contractuels:

Les prix mentionnés ne sont pas soumis à la TVA. Ils comprennent les coûts pédagogiques et les frais induits pour la constitution et reproduction des supports éventuels distribués aux participants.

Si le client souhaite que le règlement soit émis par l'OPCA dont il dépend. Il lui appartient: de faire une demande de prise en charge avant le début de la formation et de s'assurer de la bonne fin de cette demande et de l'indiquer explicitement sur la convention de formation professionnelle continue. Si l'OPCA ne prend en charge que partiellement le coût de la formation, le reliquat sera facturé au client.

3. Règlement de la formation

Le règlement à la charge du stagiaire doit obligatoirement intervenir dans sa totalité au plus tard lors du début de la formation. dans le cas contraire, l'organisme de formation se réserve le droit de refuser l'inscription à la formation.

4. Confirmation d'inscription

A réception du bulletin d'inscription, un courrier d'admission est adressé au stagiaire accompagné des objectifs de formation, du programme, du règlement intérieur, d'une convention de formation en double exemplaire. Le stagiaire s'engage à retourner, sans délai, un exemplaire de la convention signée.

5. Annulation de la formation par le stagiaire

Formulées par écrit en courrier recommandé, les annulations donneront lieu au remboursement si elles sont reçues au plus tard 15 jours avant le début de la formation.

6. Assiduité

Le stagiaire s'oblige à fréquenter avec assiduité le stage de formation auquel il est inscrit. Il s'oblige à signer en début et fin de chaque journée la feuille de présence mise à disposition par l'école.

7. Assurance

Le stagiaire s'oblige à souscrire et maintenir en prévision et pendant la durée du stage une assurance responsabilité civile couvrant les dommages corporels, matériels, immatériels, directs et indirects susceptibles d'être causés par le stagiaire, et contenant une clause de renonciation à recours, de telle sorte que l'organisme de formation ne puisse être recherché ou inqué.

8 Propriété intellectuelle

Dans le cadre du respect des droits de propriété intellectuelle attachés aux supports de cours ou autres ressources pédagogiques mis à la seule disposition des participants de la formation. Le stagiaire s'interdit de reproduire, directement ou indirectement, en totalité ou en partie, d'adapter, de modifier, de traduire, de représenter, de commercialiser ou de diffuser à des tiers, les dits supports et ressources pédagogiques sans l'autorisation expresse, préalable et écrite de l'ESSA.



ACTUALITÉ DE LA SOPHROLOGIE

I- En 2010, la sophrologie a eu 50 ans !

Cette discipline a fait ses preuves dans différents domaines et sa reconnaissance est grandissante et le métier de sophrologue est en plein développement.

II- Les écoles de sophrologie s'organisent

Les 3ème États Généraux de la Formation en Sophrologie se sont tenus les 7 et 8 juin 2011 à Paris organisés par :

SSP: Syndicat des Sophrologues professionnels - **44170 Nozay**

SFS: Société Française de Sophrologie - **75019 Paris**

CEPS: Coordination des Ecoles Professionnelles en Sophrologie - **69008 Lyon**

Inscrite dans une démarche de qualité, la Directrice de l'ESSA et 36 autres directeurs d'écoles poursuivent leur réflexion autour de l'organisation des formations : bases communes, spécificités et mise en place d'un tronc commun, véritable cycle de base garant de sérieux, de la crédibilité et de la reconnaissance de la profession.

“ Nous souhaitons que notre profession se structure afin d'offrir aux futurs stagiaires sophrologues la rigueur et le sérieux nécessaires à un apprentissage de qualité ainsi qu'une reconnaissance officielle de notre spécificité ”



DATES DES COURS RENTRÉES 2011/2012

NIVEAU I Diplôme de Sophrologue et Relaxologue Praticien

Promo A cycle préparatoire 2011/2012	Promo B cycle préparatoire 2011/2012	Promo C cycle préparatoire 2012/2013
Lundi 10 - mardi 11 octobre 2011	Samedi 22 - Dimanche 23 octobre 2011	Lundi 23 - mardi 24 janvier 2012
Lundi 07 - mardi 08 novembre 2011	Samedi 12 - Dimanche 13 novembre 2011	Lundi 13 - mardi 14 février 2012
Lundi 05 - mardi 06 décembre 2011	Samedi 10 - Dimanche 11 décembre 2011	Lundi 19 - mardi 20 mars 2012
Lundi 09 - mardi 10 janvier 2012	Samedi 07 - Dimanche 08 janvier 2012	Lundi 02 - mardi 03 avril 2012
Lundi 06 - mardi 07 février 2012	Samedi 28 - Dimanche 29 janvier 2012	Lundi 14 - mardi 15 mai 2012
Lundi 05 - mardi 06 mars 2012	Samedi 11 - Dimanche 12 février 2012	Lundi 11 - mardi 12 juin 2012
Lundi 26 - mardi 27 mars 2012	Samedi 24 - Dimanche 25 mars 2012	Lundi 25 - mardi 26 juin 2012
Lundi 21 - mardi 22 mai 2012	Samedi 14 - Dimanche 15 avril 2012	Lundi 10 - mardi 11 septembre 2012
Lundi 11 - mardi 12 juin 2012	Samedi 05 - Dimanche 06 mai 2012 Samedi 09 - Dimanche 10 juin 2012	Lundi 24 - mardi 25 septembre 2012

Promo A cycle praticien 2012/2013	Promo B cycle praticien 2012/2013	Promo C cycle praticien 2012/2013
Lundi 22 - mardi 23 octobre 2011	Samedi 29 - Dimanche 30 septembre 2012	Lundi 08 - mardi 09 octobre 2012
Lundi 12 - mardi 13 novembre 2011	Samedi 27 - Dimanche 28 octobre 2012	Lundi 19 - mardi 20 novembre 2012
Lundi 03 - mardi 04 décembre 2012	Samedi 24 - Dimanche 25 novembre 2012	Lundi 10 - mardi 11 décembre 2012
Lundi 21 - mardi 22 janvier 2013	Samedi 15 - Dimanche 16 décembre 2012	Lundi 14 - mardi 15 janvier 2013
Lundi 18 - mardi 19 février 2013	Samedi 12 - Dimanche 13 janvier 2013	Lundi 11 - mardi 12 février 2013
Lundi 18 - mardi 19 mars 2013	Samedi 02 - Dimanche 03 février 2013 Samedi 23 - Dimanche 24 mars 2013	Lundi 25 - mardi 26 mars 2013

NIVEAU II Diplôme de Master en Sophrologie (niveau supérieur non obligatoire)

Promo Diplôme Master 2012/2013	Promo Diplôme Master 2013/2014
Lundi 17 - mardi 18 septembre 2012	Lundi 16 - mardi 17 septembre 2013
Lundi 22 - mardi 23 octobre 2012	Lundi 14 - mardi 15 octobre 2013
Lundi 17 - mardi 18 décembre 2012	Lundi 02 - mardi 03 décembre 2013
Lundi 21 - mardi 22 janvier 2013	Lundi 13 - mardi 14 janvier 2014
Lundi 25 - mardi 26 février 2013	Lundi 17 - mardi 18 mars 2014
Lundi 22 - mardi 23 avril 2013	Lundi 12 - mardi 13 mai 2014

Promotions A et C : Les cours ont lieu de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00 les lundis et les mardis
 Promotion B : Les cours ont lieu de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00 les samedis et de 12h à 18h les dimanches

Les Formateurs



Pierre Bonnasse

Sophrologue et Relaxologue
Praticien, Master en
Sophrologie, Formateur et
Directeur pédagogique à
l'ESSA. Consultant en
sophrologie, Professeur de
Yoga et auteur d'ouvrages et
d'articles.



Stéphane Courtial

Sophrologue et Relaxologue
Praticien, Master en
Sophrologie, Sophro
Ludique et clown Praticien,
Formateur à l'ESSA et
consultant en cabinet et insti-
tutions carcérales et médicales

Anne Mithieux

Sophrologue et Relaxologue
Praticien, Master en
Sophrologie,
Formatrice à l'ESSA et
consultante



Patricia Gotteland

Sophrologue et Relaxologue
Praticien, Master en
Sophrologie, Spécialiste de
l'écoute et de la relation
d'aide thérapeutique,
Formatrice à l'ESSA
et consultante

