



# INFOS RENTREE ISR

## Bulletin de liaison intermédiaire

### **PORTE OUVERTE**

Vendredi 17 octobre 2014

### **ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL**

Samedis 4 octobre et 13 décembre 2014

### **FETE-REMISE DIPLOME**

Samedi 18 octobre 2014

### **LECTURES**

« Guide de sophrologie appliquée »

« En quoi le fait de remuer les épaules va m'aider à aller mieux dans ma vie ? »

« Recherche d'emploi et sophrologie »

« L'essentiel de la sophrologie à travers 20 questions »

### **FORMATION EN RELAXATION NON VERBALE**

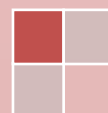
Niveau I : 18,19, 20/09/15

Niveau II A : 13, 14, 15/11/15

Niveau II B : 18, 19,20/12/15

### **CARNET ROSE**

Institut de Sophrologie de Rennes  
25 La Migorais 35480 MESSAC – 05 99 34 21 21 – 06 08 86 21 21  
septembre 2014





Institut Sophrologie Rennes

**HORAIRES**  
10 H - 13 H  
14 H - 15 H 30

**PORTE OUVERTE**

Pascal GAUTIER et Dominique AUBERT vous invitent à découvrir les locaux de l'ISR.  
Deux conférences gratuites seront proposées à 11 h et 14 h sur le thème  
« Mais qu'est-ce que la sophrologie ? »

**VENDREDI 17 OCTOBRE 2014**  
La Migorais 35480 MESSAC  
02 99 34 21 21 – 06 08 86 21 21

***PORTE OUVERTE***

***10 h/13h– 14 h/ 15 h 30***

***17 octobre 2014***

Un appel est lancé aux sophrologues qui souhaitent témoigner de leur expérience sur le terrain ainsi qu'aux stagiaires en cours de formation qui pourront témoigner sur leur parcours de formation.

Merci de nous informer de votre présence pour une meilleure organisation de cette journée.

***PROCHAIN ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL***



à l'I.S.R. avec Enora DENIS les samedis 4 octobre et 13 décembre 2014, de 9h à 12h30

Public : sophrologues diplômés en activité (4 pers. min. – 10 maxi)

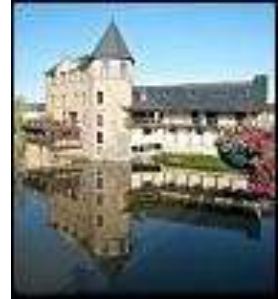
Coût : 65 € - Validation de l'Inscription à réception des 15 € d'acompte (à l'ordre d'E. DENIS, 56 av. Edouard Herriot, 56000 Vannes).

Inscriptions directement auprès d'Enora à ed.sophro@gmail.com ou par courrier postal

## FETE-REMISE DES DIPLOMES

18 octobre 2014

- 9 h : A l'ISR : début des présentations magistrales résumées des stages d'application par chaque diplômé (ordre de passage libre, environ 3 mn par personne), volontiers ponctuées d'ateliers pratiques.
- 12 h 30 : déjeuner libre à l'extérieur de l'ISR.
- 14 h 30 : fin des présentations, ateliers et rencontres.
- 17 h 30 : remise des diplômes à la Minoterie (GUIPRY)
- 19 h : apéritif
- 20 h : cocktail dînatoire, sur réservation AVANT le 30/09/14



Merci de retourner le bulletin d'inscription ci-dessous avec votre règlement\* avant le 30 septembre 2014 à

### INSTITUT DE SOPHROLOGIE DE RENNES 25 La Migorais 35480 MESSAC



Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront retenues dans l'ordre d'arrivée et sous réserve qu'elles soient accompagnées du règlement à l'ordre de l'ISR. Il sera impossible de s'inscrire le jour même.



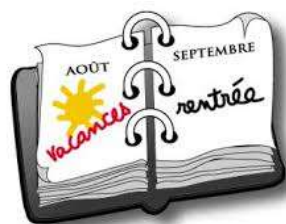
Nom :	Prénom :	
Adresse :	CP	VILLE
Tél :		
Mail		

#### DEMANDE MON INSCRIPTION A LA SOIREE DU 18 octobre 2014

Et je joins pour cela mon chèque* à l'ordre de l'ISR	
Nom : .....	Prénom : ..... x 35 € = 35 €
Nombre de personne supplémentaire .....	x 35 € =
TOTAL .....	

Date :	Signature
--------	-----------

\*chèque encaissé le 6 octobre 2014. Après cette date aucun remboursement ne sera possible



# GUIDE de SOPHROLOGIE APPLIQUÉE

SOUS LA DIRECTION DE RICHARD ESPOSITO



Les Éditions Elsevier Masson proposent après "[Sophrologie, lexique des concepts, techniques et champs d'application](#)", un 2<sup>ème</sup> ouvrage collectif "Guide de sophrologie appliquée".

Écrit par 48 personnes (sophrologues, médecins, kinésithérapeutes, psychologues...), sous la direction de Richard Esposito, cet ouvrage propose de découvrir les domaines et champs d'application de la sophrologie : monde scolaire, sommeil, sport, troubles du comportement alimentaire... et de mesurer son impact grâce aux regards croisés des auteurs.

Destiné plus particulièrement aux stagiaires et sophrologues, il leur permettra d'enrichir leur formation ou pratique professionnelle"

Bien souvent, pour le grand public comme pour une grande partie du corps médical et des médias, la sophrologie est une méthode pour apprendre à se relaxer, gérer le stress, faciliter l'accouchement, préparer des examens ou des compétitions. Tout cela est exact, mais quand même très réducteur. Car la sophrologie est avant tout une démarche, une "pédagogie de l'existence", encore assez mal comprise. L'objectif de cet ouvrage est de remettre les pendules à l'heure et de motiver ceux qui débutent et ne comprennent pas ce que la sophrologie leur apporte, et à ceux qui s'interrogent, de s'y mettre en toute connaissance de cause, ou tout simplement d'être plus informé sur ce sujet. Ce livre se présente sous forme de questions-réponses au nombre de trente cinq. Formulées dans un langage clair, accessible à tous, dépourvu de jargon compliqué et de formules pompeuses. Il reprend les questions les plus souvent posées que l'auteure a recueillies depuis une vingtaine d'années de pratique professionnelle. Elle y répond comme dans ses réunions d'information et conférences sur la sophrologie, comme dans un face à face. Ce n'est pas un ouvrage théorique, technique ou clinique. Mais il fait le lien entre ces parutions et la pratique, en donnant des exemples concrets du quotidien. Un genre de chaînon manquant dans la littérature sophrologique. Un petit livre pédagogique facile à lire, très éclairant et fort utile, à mettre entre toutes les mains ! (7€50)

Anne Jamelot-Bonnaillie  
*En quoi le fait de remuer  
les épaules va m'aider à  
aller mieux dans ma vie ?*  
et autres questions souvent posées  
par les débutants en SOPHROLOGIE

# Recherche d'emploi et sophrologie

Richard ESPOSITO (dir.)

- Reprendre confiance
- Se projeter dans la réussite
- Passer à l'action

ENREGISTREMENT AUDIO À TÉLÉCHARGER

"La sophrologie, sans s'imposer comme une discipline miracle, peut en effet aider tout demandeur d'emploi à lutter contre le découragement et à retrouver une capacité de projection positive. Alliée efficace pour affronter l'angoisse et restaurer une image valorisante de soi, elle est un atout décisif pour construire un nouveau projet de vie professionnel. Les quatre sophrologues de cet ouvrage ( Chef d'entreprise, Médecin du travail, psychologue du travail et professeur de philosophie ), sont tous issus de la FEPS"

**StudyramaPro**  
DÉVELOPPEMENT DE COMPÉTENCES  
& CIRCULON PROFESSIONNELLE


À une époque où de nombreux êtres humains sont emportés dans une tourmente de civilisation qui semble n'avoir que pour effet de développer le mal-être, et par ailleurs, face aux diverses « techniques miracles » proposées par les opportunistes, il nous est apparu nécessaire de préciser **ce qu'est la SOPHROLOGIE, en quoi elle consiste et à qui elle s'adresse**. Nous avons également précisé ce qu'elle n'est pas.


Pour qui connaît la sophrologie, il peut paraître paradoxal de publier un livre sur ce thème car la découverte de cette discipline ne peut réellement se réaliser qu'à travers des exercices et une pratique.

Vous qui avez acquis cet ouvrage après avoir pratiqué quelques séances, vous savez que la sophrologie mobilise le corps et sa capacité de percevoir (à travers les sens) des sensations et qu'il est souvent difficile de verbaliser les émotions. **La sophrologie qui est à la fois une science, une pratique et un art, se vit d'abord et avant tout, par le corps.**

Cependant, hormis la pratique de la sophrologie, il est des circonstances où **nous devons** revenir à un registre intellectuel et savoir utiliser les mots **pour communiquer nos sensations, nos émotions et nos découvertes**. C'est l'objet de ce livre que nous avons accepté de rédiger en des termes choisis délibérément simples. Il doit vous aider, **à travers ces 20 questions, à mieux connaître la SOPHROLOGIE.**

**Alain CHEVALIER-BEAUMEL**  
et **Marie-Claire BOUTHORS**  
Sophrologues – Fondateurs et directeurs  
de l'École de Sophrologie du Nord-Est (ESNE) à Reims.

 **Editions du Puits Fleuri**  
ISBN 978-2-86739-502-4  
Code éditeur G27 348


 9 782867 395024


**8,90 €**

Essentiels

**Marie-Claire Bouthors  
& Alain Chevalier-Beaumel**

**L'essentiel de la  
sophrologie...  
à travers 20 questions**



 **Editions du Puits Fleuri**



## FORMATION EN RELAXATION NON VERBALE à l'I.S.R., ouverte à tous

Niveau I : permet de découvrir la méthode au travers d'un protocole très accessible. Certifiant, ce 1<sup>er</sup> niveau offre la possibilité de pratiquer rapidement dans le cadre professionnel, une séance de qualité de 30 mn.

Niveau II : s'adresse aux personnes ayant validé le Niveau I et souhaitant apprendre le protocole complet et intégrer plus profondément l'esprit de la méthode. *Le délai entre le Niveau I et II ne doit pas excéder 2 ans.*

Niveau I : 18,19, 20/09/15 Niveau II A : 13, 14, 15/11/15 - Niveau II B : 18,19,20/12/15

Contact : Jean-Marie ROQUET

06.68.13.33.57 - [formation.rnv@gmail.com](mailto:formation.rnv@gmail.com)

[www.relaxation-non-verbale.com](http://www.relaxation-non-verbale.com)



### CARNET ROSE

Ana, le 2 juin 2014 – Marine LAURENT (54-12Ms)

Jean, le 21 août 2014 – Armelle SIMON (P39-04B)

*Bienvenue aux bébés et félicitations aux parents !*



FÉLICITATIONS



*L'équipe de l'ISR vous souhaite  
une bonne rentrée !*



*Le bulletin a été édité par la SARL Institut de Sophrologie de Rennes - 25 LA MIGORAIS - 35480 MESSAC*

Secrétariat : Karine BOULAY, 02 99 34 21 21 (lundi, mardi, jeudi et vendredi, de 10 à 12h30 et de 14 à environ 16h)

[isr@sophrologie-formations.com](mailto:isr@sophrologie-formations.com) – [www.sophrologie-formations.com](http://www.sophrologie-formations.com)