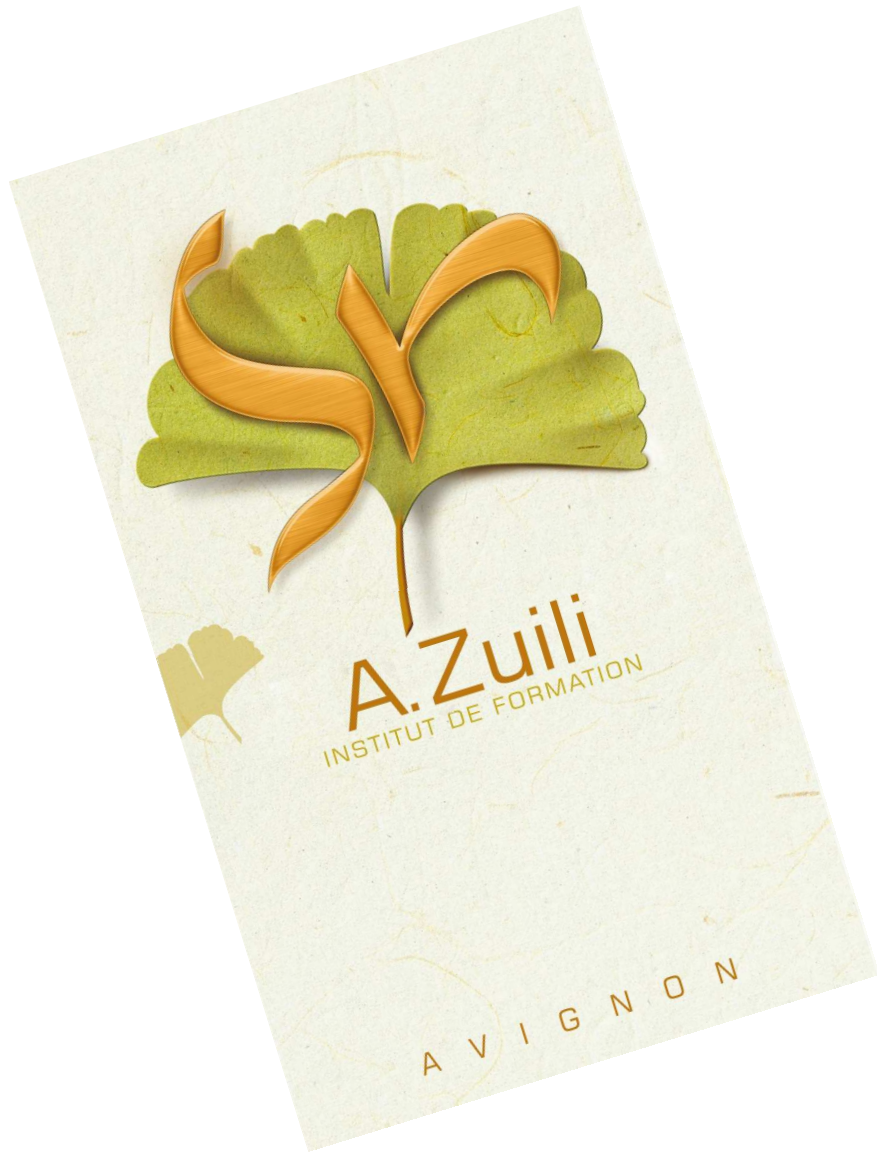


LES STAGES PONCTUELS 2016



CENTRE DE FORMATIONS A. ZUILI

147, Avenue du Mont Ventoux – Parc d'Activités Les Pélitènes – 84450 JONQUERETTES

Contact : 04 90 85 09 17 ou valerie@sophrozouili.com

Site web : www.sophrologie-relationnelle.fr

Bonjour,

Voici le programme des « Stages Ponctuels 2016 » auquel il est possible de vous inscrire.

LIEU DES STAGES :

Au centre de formations de l'Institut de Sophrologie Relationnelle® situé à Jonquerettes (84) à 10 min d'Avignon.
Vous trouverez en fin de livret une liste d'hébergements à proximité du centre de formations ainsi qu'un plan d'accès.

VALIDATION «FEPS» :

Ces stages sont des « modules de spécialisation » pouvant intéresser les élèves des Ecoles de Sophrologie de Lyon, Paris, Rennes, Lille, Toulouse, Montpellier, Caen, Limoges et Reims, Clermont-Ferrand, Canterbury (Angleterre), et l'île de la Réunion.

HORAIRES :

Le premier jour de stage : 9h à 12h 30 / 14h 00 à 18 h. Le dernier jour, idem mais fin à 17 h.

ACOMPTE :

Votre inscription ne sera prise en compte qu'à réception de votre bulletin d'inscription accompagné du chèque d'acompte (sauf pour les stages à paiements échelonnés).

PRIX DES STAGES :

Il est toujours possible, pour tous les stages de payer de façon échelonnée en trois ou quatre fois.
Chaque cas est particulier et c'est au secrétariat, au 04 90 85 09 17, que vous devez vous adresser pour convenir d'un accord.

NOTA BENE :

Pour les personnes désireuses de faire les trajets à plusieurs, nous vous proposons de nous faire part de vos coordonnées téléphoniques. Dans ce cas, merci de cocher sur votre bulletin d'inscription, la case « J'autorise la transmission de mon téléphone... ». Si cette annotation ne figure pas sur le bulletin d'inscription, vos coordonnées ne seront pas transmises.

INITIATION À L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

(Ouvert à tous)

Alain ZUILI

Vendredi 8, Samedi 9 et Dimanche 10 Janvier 2016

L'analyse transactionnelle vise à permettre une prise de conscience et une meilleure compréhension de « ce qui se joue ici et maintenant » dans les relations entre deux personnes et dans les groupes.

L'analyse transactionnelle propose des grilles de lecture pour la compréhension des dysfonctionnements relationnels ainsi que des modalités d'intervention pour résoudre ces problèmes.

OBJECTIFS :

- Apprendre à articuler les différents concepts de l'analyse transactionnelle,
- Définir les processus des échanges à l'intérieur des groupes dysfonctionnants et proposer de nouveaux systèmes (« la redéfinition »).

CONTENUS :

- Introduction à l'analyse transactionnelle,
- Les états du moi,
- Les transactions-clés,
- Les strokes,
- Les messages paradoxaux,
- Comment développer la responsabilité.

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Exposés théoriques avec livret de cours,
- Exercices pratiques,
- Travail en sous-groupes,
- Analyse de scénarios,
- Grille d'évaluation,
- Tables rondes.



BULLETIN D'INSCRIPTION

Initiation à l'analyse transactionnelle 8-9-10/01/2016

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél:..... Email:.....

Profession :

J'autorise la transmission de mon téléphone (covoiturage) :

OUI

NON

Merci de cocher les documents souhaités pour ce stage :

Attestation de Présence

Facture

Lieu du stage - Hébergements

Centre de Formations A. ZUILI

147 avenue du Mont Ventoux

Parc d'activités Les Pélitènes

84450 JONQUERETTES

Vous trouverez le plan d'accès ainsi que la liste des hébergements à la fin du livret.

Prix du stage

Individuel = **300 €**

Tarif prise en charge Formation Continue = **375 €** (Contacter le secrétariat)

Acompte : 60 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À joindre au bulletin d'inscription)

Solde : 240 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À remettre en début de stage)

SOPHROLOGIE ET ADAPTATION AUX ENFANTS

Alain ZUILI

Vendredi 1^{er}, Samedi 2 et Dimanche 3 avril 2016

Ce stage se décomposera en deux orientations différentes :

La **1^{ère} journée** est consacrée à la transmission de dizaines de petits exercices (le bonhomme gonflable, la fleur qui grandit, le jeu de l'arbre, la boîte, la boule de Noël, etc.) dont la méthodologie respecte toujours les principes de la Sophrologie :

- ☘ Schéma corporel (topographie),
- ☘ Vécu positif (confiance en soi),
- ☘ Autonomisation,
- ☘ Et bien sûr la respiration, permettant à l'enfant une meilleure relation à soi et aux autres, une socialisation harmonieuse.

Ces jeux introduiront également la dimension essentielle de l'imaginaire, souvent considéré comme refuge vis-à-vis du manque, et qui sera envisagé là, sous l'angle d'une création projetable (dessin, sculpture, construction...).

Les **2^{èmes} journées et 3^{èmes} journées** sont plus orientées vers une réflexion analytique des enjeux de la relaxation et de la sophrologie :

- ☘ Qu'en est-il de l'obéissance de l'enfant par rapport au moniteur ?
- ☘ Trouve-t-il du plaisir par rapport à lui-même ou s'offre-t-il comme « bon objet » à l'animateur ?
- ☘ Quels sont les enjeux de la famille lorsqu'elle mène son enfant en consultation ?
- ☘ Quelles résistances les parents peuvent-ils manifester à l'amélioration des déficits de l'enfant ?
- ☘ Comment envisager la relaxation comme psychothérapie ?

Et bien d'autres questions encore sur la signification des séances et de leurs effets.

Il y aura aussi des temps de création de séances et des séances « comme » si vous étiez encore enfant !



BULLETIN D'INSCRIPTION

Sophrologie et Adaptation aux enfants – 01-02-03/04/2016

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél:..... Email:.....

Profession :

J'autorise la transmission de mon téléphone (covoiturage) :

OUI

NON

Merci de cocher les documents souhaités pour ce stage :

Attestation de Présence

Facture

Lieu du stage - Hébergements

Centre de Formations A. ZUILI

147 avenue du Mont Ventoux

Parc d'activités Les Pélitènes

84450 JONQUERETTES

Vous trouverez le plan d'accès ainsi que la liste des hébergements à la fin du livret.

Prix du stage

Individuel = **300 €**

Tarif prise en charge Formation Continue = **375 €** (Contacter le secrétariat)

Acompte : 60 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À joindre au bulletin d'inscription)

Solde : 240 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À remettre en début de stage)

LES SOURCES DE LA SOPHROLOGIE

Alain ZUILI

Vendredi 13, Samedi 14 et Dimanche 15 mai 2016



Les origines orientales de la sophrologie sont souvent plus connues que les sources occidentales de relaxation.

Celles-ci sont d'une très grande utilité, non seulement à connaître mais aussi et surtout à faire pratiquer comme méthodes préparatoires à la Relaxation Dynamique ou aux techniques spécifiques.

Elles ont l'avantage d'être simples et assez rapides à mettre en application, et surtout apportent des prises de consciences corporelles positives immédiates.

Pendant ces trois jours nous allons aborder, avec de très nombreuses pratiques les méthodes suivantes :

Les méthodes à point de départ physiologiques :

-  La relaxation progressive de Jacobson,
-  La méthode Vittoz.

Méthodes à point de départ psychologique :

-  Le Training Autogène de Schultz : stade inférieur et supérieur.

Méthodes participant des deux courants :

-  La relaxation dynamique psychomotrice de R. Dupont.

Sous-groupes destinés à dégager la spécificité de la sophrologie par rapport à ces autres méthodes.



BULLETIN D'INSCRIPTION

Les sources de la sophrologie – 13-14-15/05/2016

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél:..... Email:.....

Profession :.....

J'autorise la transmission de mon téléphone (covoiturage) :

OUI

NON

Merci de cocher les documents souhaités pour ce stage :

Attestation de Présence

Facture

Lieu du stage - Hébergements

Centre de Formations A. ZUILI

147 avenue du Mont Ventoux

Parc d'activités Les Pélitènes

84450 JONQUERETTES

Vous trouverez le plan d'accès ainsi que la liste des hébergements à la fin du livret.

Prix du stage

Individuel = **300 €**

Tarif prise en charge Formation Continue = **375 €** (Contacter le secrétariat)

Acompte : 60 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À joindre au bulletin d'inscription)

Solde : 240 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À remettre en début de stage)

SOPHROLOGIE ET SOMMEIL

Clémence Peix Lavallée, Sophrologue RNCP

Vendredi 27, Samedi 28 et Dimanche 29 mai 2016

Objectifs :

Comprendre les mécanismes en jeu et pratiquer des exercices de sophrologie pour se réapproprier cet espace de vie : le sommeil. Aborder le sommeil avec des outils de sophrologie efficaces. Exercer la sophrologie en individuel ou en groupe pour le sommeil.

Programme :

Comprendre la structure du sommeil. Connaître les modificateurs exogènes et endogènes du sommeil. Corréler le sommeil au rythme circadien.

Aborder les troubles du sommeil les plus fréquents et les apports de la sophrologie.

Expérimenter les techniques sophrologiques adaptées.

Réfléchir aux protocoles de sophrologie adaptés aux demandes sur le sommeil.

Construire une anamnèse spécifique, utiliser l'agenda du sommeil.

Connaître les mécanismes régulant le sommeil, les rythmes du corps sous l'influence des synchronisateurs, l'horloge circadienne et l'impact de sa désynchronisation, le rôle du système nerveux autonome dans le sommeil. Établir le chronotype et la réalité du sommeil. Variation du temps de sommeil selon l'âge. Le train du sommeil et les cycles de sommeil. Connaître les facteurs exogènes au rythme du sommeil et les facteurs endogènes aux troubles du sommeil.

Connaître les différents stades du sommeil, l'activité cérébrale selon les phases du sommeil. Le sommeil lent profond, le sommeil paradoxal. Les différentes siestes et leurs potentiels. Le sommeil poly fractionné chez les personnes âgées.

Le sommeil chez les adolescents. Le jet lag et le travail de nuit. Restriction de sommeil et ses effets secondaires Les valeurs existentielles, la face cachée du sommeil.

Quel est l'apport effectif de la sophrologie d'un point de vue symptomatique et existentielle ?

Quels outils en fonction de quelles plaintes d'insomnie ?

-Pratiques spécifiques et explication des pratiques par thème,

-Réflexion sur la mise en place des pratiques dans son champ d'application.

Méthodes pédagogiques :

Alternance de connaissances scientifiques actualisées sur le sommeil, de pratique d'exercices de sophrologie et de partage d'expériences professionnelles.

Formateur:

Clémence Peix Lavallée, Sophrologue RNCP, praticienne depuis 12 ans, formatrice et conférencière sur le sommeil. Une approche sophro physiologique du sommeil. A accompagné plus de mille personnes en individuel sur le sommeil en collaboration avec l'European Sleep Center et formé 1500 dirigeants sur le sommeil. Auteur « Le sommeil est la moitié de la santé » parution chez Odile Jacob, janvier 2016.



BULLETIN D'INSCRIPTION

Sophrologie et Sommeil – 27-28-29/05/2016

Nom :

Prénom :

Adresse :

CP : Ville :

Tél:..... Email:.....

Profession :.....

J'autorise la transmission de mon téléphone (covoiturage) :

OUI

NON

Merci de cocher les documents souhaités pour ce stage :

Attestation de Présence

Facture

Lieu du stage - Hébergements

Centre de Formations A. ZUILI

147 avenue du Mont Ventoux

Parc d'activités Les Pélitènes

84450 JONQUERETTES

Vous trouverez le plan d'accès ainsi que la liste des hébergements à la fin du livret.

Prix du stage

Individuel = 300 €

Tarif prise en charge Formation Continue = 375 € (Contacter le secrétariat)

Acompte : 60 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À joindre au bulletin d'inscription)

Solde : 240 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À remettre en début de stage)

RELATION COMMUNICATION

Anaïs et Alain ZUILI

Jeudi 13, Vendredi 14, Samedi 15 et Dimanche 16 Octobre 2016

Dans la relation interpersonnelle, l'écoute doit ne pas tomber dans les pièges classiques d'une pseudo-relation d'aide :

- ☂ Accueil, soutien, évaluation, jugement, solution au problème, interprétation, investigation, aspect fonctionnel...

Les parasitages de nos propres ressentis, de nos propres résonances sont aussi causes d'infléchissement de la parole de l'autre.

Elle n'est plus entendue de « là où elle est dite » ... mais de là où il nous est plus confortable de l'entendre !

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

- ☂ Empathiques, compréhensifs, centrés sur la personne dans l'esprit de Carl Rogers, Gordon, Jacques Salomé.

De pointer aussi le rôle et le cadre de l'écoutant dans des entretiens individuels sans tomber dans le piège des « analyses sauvages ».

Ce stage est une excellente initiation à la formation à la relation d'Aide et, aux dires de ceux qui l'ont vécu, il dépasse ce que l'on peut imaginer d'un tel programme.



BULLETIN D'INSCRIPTION

Relation Communication – 13-14-15-16/10/2016

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél:..... Email:.....

Profession :.....

J'autorise la transmission de mon téléphone (covoiturage) :

OUI

NON

Merci de cocher les documents souhaités pour ce stage :

Attestation de Présence

Facture

Lieu du stage - Hébergements

Centre de Formations A. ZUILI

147 avenue du Mont Ventoux

Parc d'activités Les Pélitènes

84450 JONQUERETTES

Vous trouverez le plan d'accès ainsi que la liste des hébergements à la fin du livret.

Prix du stage

Individuel = 400 €

Tarif prise en charge Formation Continue = 500 € (Contacter le secrétariat)

Acompte : 60 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À joindre au bulletin d'inscription)

Solde : 340 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À remettre en début de stage)

SOPHROLOGIE ET BURN-OUT

Marie-Claire BOUTHORS

Vendredi 18, Samedi 19 et Dimanche 20 novembre 2016

Le burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel, fait suite aux stress répétés. Cet épuisement touche toutes les catégories professionnelles et n'est pas une fatalité. Plus de trois millions d'actifs seraient concernés par ce nouveau fléau. Le burn-out est une pathologie peu connue et de nombreuses victimes affirment qu'elles auraient souhaité être mieux informées afin d'éviter cette épreuve. La sophrologie apporte une importante aide stratégique et préventive dans les différentes étapes qui mènent au burn-out.

OBJECTIFS :

- Donner aux sophrologues, les moyens de mieux cerner la problématique du burn-out,
- Découvrir et pratiquer les réponses sophrologiques adaptées.

THEORIE :

- La spirale, du stress au stress chronique puis du stress chronique au burn-out,
- Le processus du burn-out,
- La physiologie du burn-out : un dérèglement du corps et une fatigue émotionnelle.

Les trois burn-out reconnus :

- Le burn-out classique,
- Le burn-out d'épuisement,
- Le burn-out néfaste.

PRATIQUE :

Mise en situation à travers des études de cas et jeux de rôle.
L'adaptabilité du sophrologue et de la pratique face aux divers types de burn-out.
Rôle du sophrologue dans la prévention du burn-out dans l'entreprise :

- Sensibilisation,
- Information,
- Mise en place d'ateliers de sophrologie.

La sophrologie, une réponse adaptée et pertinente face à la prévention et à l'accompagnement des personnes ayant subies un burn-out.



BULLETIN D'INSCRIPTION

Sophrologie et Burn-out – 18-19-20/11/2016

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

CP : Ville :

Tél:..... Email:.....

Profession :.....

J'autorise la transmission de mon téléphone (covoiturage) :

OUI

NON

Merci de cocher les documents souhaités pour ce stage :

Attestation de Présence

Facture

Lieu du stage - Hébergements

Centre de Formations A. ZUILI

147 avenue du Mont Ventoux

Parc d'activités Les Pélitènes

84450 JONQUERETTES

Vous trouverez le plan d'accès ainsi que la liste des hébergements à la fin du livret.

Prix du stage

Individuel = **300 €**

Tarif prise en charge Formation Continue = **375 €** (Contacter le secrétariat)

Acompte : 60 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À joindre au bulletin d'inscription)

Solde : 240 Euros à l'ordre d'Alain ZUILI

(À remettre en début de stage)

ITINERAIRES JONQUERETTES

En venant d'Avignon Nord

Sortir de l'autoroute A7 à Avignon Nord

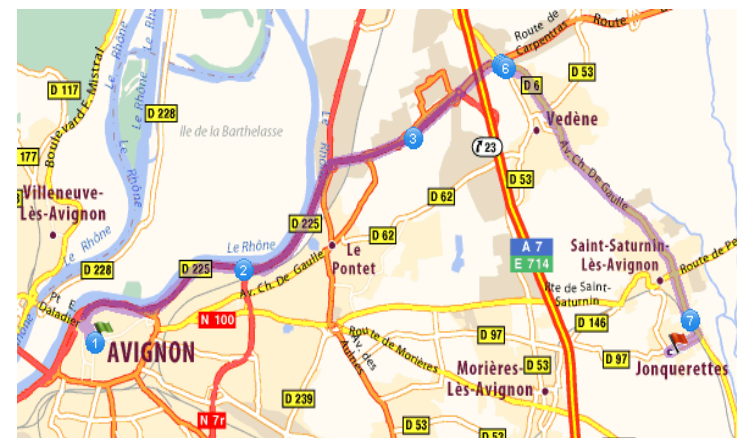
Prendre direction Carpentras, puis la première sortie à droite après le pont : direction Vedène
Arrivé(e) au rond-point, prendre la sortie « St Saturnin/Vedène/Cavaillon ». Vous êtes sur la départementale 6 qui vous amène jusqu'à l'Institut.

Traverser Vedène. Arrivé(e) au rond-point, continuer toujours tout droit jusqu'au prochain rond-point (le 3^{ème} jusqu'à présent). Prendre la sortie « St Saturnin/Cavaillon».

Arrivé(e) à St Saturnin les Avignon, aller jusqu'au rond-point, prendre la 2^{ème} sortie direction « Châteauneuf de Gadagne » et continuer toujours tout droit en suivant les directions « Châteauneuf de Gadagne/Cavaillon».

À la sortie du village, après le dos d'âne, vous trouverez sur votre gauche le Parc d'Activités Les Pélitènes. L'Institut est le 3^{ème} bâtiment sur votre gauche.

Distance de l'autoroute au centre de formation : 8 km



En venant d'Avignon Sud

Sortir de l'autoroute A7 à Avignon Sud

Prendre direction Caumont sur Durance (en sortant de l'autoroute, prendre la voie de droite, vous rabatte ensuite sur votre gauche).

Arrivé au rond point, prendre la dernière sortie à gauche (direction Caumont)

Traverser le village de Caumont, arriver jusqu'au carrefour et au feu, prendre à gauche direction Châteauneuf de Gadagne / Sorgues

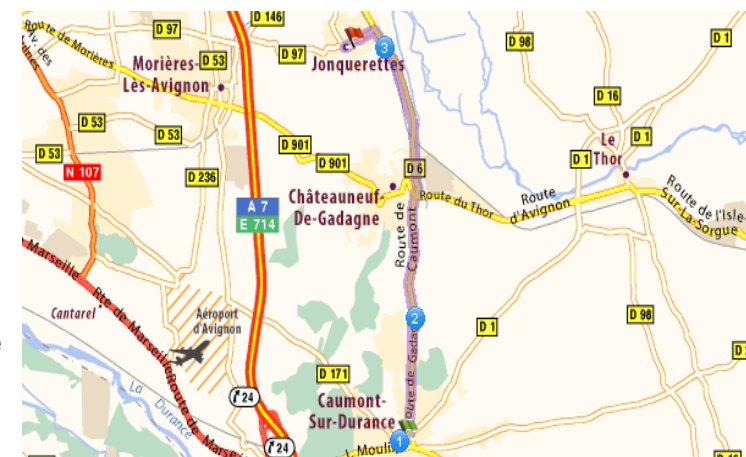
(Vous êtes sur la départementale 6 qui est déjà celle de l'Institut)

Continuer toujours tout droit.

Une fois à Jonquerettes, au niveau du rond-point, poursuivre tout droit.

Le centre de formation se trouvera sur votre droite « Parc d'Activités Les Pélitènes » juste avant les pancartes Jonquerettes (barré) et Saint Saturnin.

Distance de l'autoroute au centre de formation : 10 km



HEBERGEMENTS A PROXIMITE DU CENTRE DE FORMATION DE JONQUERETTES

NOMS	HOTELS	CHAMBRES D' HOTES	COORDONNEES	VILLE	DISTANCE EN KMS
FAST'HOTEL	X		Zone Commerciale 04 90 32 37 38	LE PONTET	7
NUIT D'HOTEL	X		Zone Commerciale 04 90 31 24 00	LE PONTET	7
B AND B	X		Zone Commerciale 08 92 78 80 06	LE PONTET	7
PRIMEVERE	X		Zone Commerciale 04 90 31 15 98	LE PONTET	7
CAMPANILE	X		Zone Commerciale 04 90 32 94 94	LE PONTET	7
LE BELLERIVE	X		30 Rue du 8 mai 1945 04 90 23 39 93	VEDENE	3
LE MAS DES VERTES RIVES		X	www.mas-des-vertes-rives.com 04 90 22 37 10	CHATEAUNEUF DE GADAGNE	4
LE PAVILLON VERT		X	www.lepavillonvert.com 04 90 31 13 83	VEDENE	3
LA BANASTIERE		X	www.labanastiere.com 04 90 01 35 25	VEDENE	3
LA FARIGOULE		X	9, Chemin des Jourdans 04 90 23 16 90 / 06 70 17 11 27	CAUMONT S/ DURANCE	8
LE MAS CHANTERELLE		X	211, Chemin de Bompas 04 90 22 53 02	CHATEAUNEUF DE GADAGNE	4
DOMAINE DU GRAND CAUSERAN		X	60, Allée du Grand Causeran 06 33 78 44 71	ENTRAIGUES SUR LA SORGUE	6
Mr BASTON		X	En face du centre de formation 04 90 22 29 81 06.88.76.52.92	SUR PLACE	SUR PLACE
MR BRUN		X	06 09 01 55 55	SUR PLACE	SUR PLACE
Mme VUILLEMIN		X	325 Avenue de La Gare 04 90 22 17 75 / 06 87 52 93 40	ST SATURNIN	1
Mme et Mr CAIRON		X	04 90 33 71 89 / 06 75 10 71 82 Yves.cairon@orange.fr	JONQUERETTES	SUR PLACE
Mme AMADE-STEIN		X	86, Rue Frédéric Mistral 06 18 49 28 90	JONQUERETTES	2
Madame MARCON Dominique		X	50 Impasse de la Busque 06.51.10.98.76	ST SATURNIN	1