

FÉDÉ INFOS

N°51

Bulletin de liaison



FEVRIER 2016



Fédération Européenne de Sophrologie Dynamique®
www.federation-sophrologie.eu
contact@federation-sophrologie.eu

Le Sommaire

LES NOUVELLES DE LA FÉDÉ

- 3 L'édito
- 4 De vous à nous
- 5 L'AG de la FESD 2016
- 6 **LES FORMATIONS CONTINUES DE LA FÉDÉ**
- 7 Analyse et adaptation de l'outil entre rigueur et créativité

Le savoir être du sophrologue

LES STAGES DE NOS ADHÉRENTS

- 13 A la rencontre de notre enfant intérieur
- 14 Sophrologie Dynamique et voix
- 15 Voyage au centre de l'Être

LA SOPHRO EN PARTAGES

- 8 21 novembre, journée de passage
- 10 Bébés Sophro

FEUILLETS LIBRES

L'adhésion 2016

Les inscriptions aux stages de la Fédé

Mise en page: Laetitia HAUQUIN -
Relecture : Stéphanie REGOUT, M.Christine MOURIER, Martine DUPUY
Photos de couverture : Christine MICHAUD
Reprographie: arc-secretariat@wanadoo.fr

L'édito

Françoise SEEMANN et Edith de WOUTERS

Co-présidentes F.E.S.D.

LA FÉDÉ

Le cycle de 2015 a laissé place à celui de 2016.

Dans ces cycles annuels s'en vivent beaucoup d'autres : trimestres, mois, jours, heures ... mais aussi, événements, travail, âges,...et bien d'autres encore.

Tous, à quelques niveaux que ce soit, laissent en nous des traces énergétiques, comme dans nos séances de sophrologie. Elles nous mettent en mouvement, colorent notre conscience, nous éveillent à accueillir avec toutes nos ressources la diversité du vécu dans ces cycles.

Ce Fédé info de février 2016 fait partie de cette dynamique. Il va continuer à nourrir le cycle du lien entre sophrologues adhérents à la FESD et tout autre sophrologue ayant rencontré la Sophrologie Dynamique® sur son chemin qui souhaite venir nous rejoindre.

C'est la Sophrologie Dynamique® qui nous rassemble, nous accompagne au jour le jour à apprécier la vie au quotidien, nous ajuster en fonction des turbulences éventuelles, installer et/ou réinstaller le plaisir de vivre. Conscience que nous vivons cela et en même temps savoir que nous le vivons. Faire évoluer notre sentiment de présence, rayonner dans l'espace extérieur proche et plus lointain.

En 2016, les projets en cours se poursuivent et des nouveaux vont voir le jour.

Venez nous rejoindre à notre Assemblée Générale du 5 mars pour découvrir tout cela ET nourrir nos liens au travers des surprises sophrologiques offertes ce jour-là.

Au nom du Conseil d'Administration, nous vous souhaitons une année 2016 emplie du meilleur pour vous et vos proches.

De vous à vous

C'est une époque où nous communiquons à tout va, sms, tweet, mail... toujours plus et toujours plus vite.

Heureusement dans cette circulation incessante et intense, survient une pause : un livre ou une revue.

Notre / votre Fédé infos est conçu dans cette perspective : offrir une parenthèse de réflexion-partages de savoirs et d'expériences, propositions de projets collectifs ou particuliers autour de la sophrologie dynamique®.

Laissant le direct-live et l'interaction immédiate aux médias plus rapides, il joue au contraire la lenteur, l'art de savourer, revenir en arrière ou sauter une page. Il prend le temps d'une pensée qui chemine, se déploie et explore plutôt que le temps de l'annonce-réaction.

Cette énergie de la lenteur permet une douce évolution de formule, commencée avec ce premier numéro de 2016. Trois numéros seulement par an mais des dossiers thématiques à partir de VOS expériences sophrologiques. Vous transmettez la sophrologie dynamique :

- auprès d'un public spécial : professionnels, enfants, personnes âgées, personnes handicapées, adolescents, jeunes parents ?
- dans des conditions spéciales : sur un terrain de sport, raquette en main, en balade dans la nature, en condition extrême, sur un cheval, avec un instrument de musique ?
- dans un environnement spécial : en entreprise, en prison, en hôpital, en maison de retraite, à l'école, après l'école, en famille, en thalasso ?
- en ville ou à la campagne ? En groupe ou en individuel ? En cabinet privé ou en association ?
- faites vous des regroupements ? Des ateliers de réflexion ?

Votre expérience peut être utile à l'un ou l'autre des adhérents afin de ne pas tomber dans certains pièges ou oser se lancer dans une situation inattendue.

De même pour vos idées, vos livres, phrases à méditer, questionnement, stages,

Même éloignés physiquement, nous pouvons nous enrichir mutuellement, nourrir le lien.

Ecrivez-nous simplement, ou contactez-nous pour que nous vous aidions à mettre en forme votre partage.

Edith de Wouters se charge de collecter articles et demandes, ainsi que de vous mettre en lien avec un aidant de la fédération.

edithdewouters@yahoo.fr - 0032 (0)497.19.33.58 (portable) ou 0032 (0) 252.43.88 (fixe)

L'un ou l'autre d'entre vous nous demande parfois : *Comment puis-je être utile au niveau de la Fédé ?*

Voilà une manière simple : partagez votre richesse,

Construisez le Fédé Infos avec nous.

L'équipe du Fédé infos :

Edith de Wouters, collectrice – Laetitia Hauquin, mise en page – Marie-Christine Mourier, Martine Dupuy et Stéphanie Regout, comité de lecture – Stéphanie Regout, responsable envoi.

Le 5 mars 2016

Rendez-vous au « Domaine du Luth »



LA FÉDÉ

Assemblée Générale de la
Fédération Européenne de Sophrologie Dynamique®

agrémentée de « *surprises sophrologiques* »

de 16h à 18h

(accueil dès 15h30)

suivie d'un repas « sorti du panier »

Venez nombreux nourrir les liens au travers de l'outil qui nous rassemble !

L'hébergement sur place et/ou environs est possible.

www.domaineduluth.fr

15 rue des Hautes Roches
86190 Quincay (France)

.....à 20 minutes du Futuroscope de Poitiers

LA FORMATION CONTINUE

LA FÉDÉ

Une dynamique de progression, au service de notre éthique et d'une transmission de qualité

La Fédération Européenne de Sophrologie Dynamique vous propose le même cadre pour toutes les formations qu'elle organise :

Public :

Praticien et Maître-Praticien en Sophrologie Dynamique®
Minimum 8 et maximum 15 participants

Lieu :

Maison de la Forêt – Chalets du grand Recoin 86360 Montamisé près de Poitiers

Coût :

Frais pédagogiques : adhérents : 150 € / non-adhérents : 200 €

Frais d'hébergement :

- pension complète (du samedi midi au dimanche midi) : 66,5€ en chalet double.
- possibilité d'arriver le vendredi soir :
+30€ en chalet double/+45€ en chalet simple/ +10€ si repas du vendredi soir.

Contact et inscription : ☺ au plus tard 1 mois avant le stage....

Laurence THIAUDIERE
Bois Coutant – 86370 VIVONNE
Tél 06 63 12 89 95
e-mail : l.thiomk@orange.fr



Rappel : les praticiens adhérents à la FESD souhaitant paraître sur l'annuaire de référence doivent participer à un stage sur le « savoir-faire » et à un stage sur le « savoir-être » du sophrologue dans un intervalle de 5 ans.

Les formations FESD pour 2016....



« Le savoir-FAIRE du sophrologue » « Analyse et adaptation de l'outil, entre rigueur et créativité »

!!!! **Nouvelles dates9 et 10 avril 2016** !!!!

Objectifs du stage :

Remettre sur le métier sa pratique, sous le regard bienveillant et formateur de ses pairs. Questionner, affiner et améliorer :
Sa présentation de l'outil sophro : 5 intelligences au service de la personne
La progression de ses séances : soigner les transitions
La dynamique de sa séance
La rigueur d'architecture alliée à sa créativité

Contenu et méthodologie :

Analyse et pratiques à partir de cas que vous apportez.
Discussions et propositions des intervenantes

Intervenantes :

Martine DUPUY et Edith de WOUTERS

« Le savoir-ETRE du sophrologue »

15 et 16 octobre 2016

Objectifs du stage :

Prendre conscience de son évolution personnelle et professionnelle
Développer ses compétences dans la relation d'aide sophrologique
S'approprier des exercices SD® facilitant la découverte de nouvelles ressources pour soi
Développer des axes de travail personnel et professionnel

Contenu :

La dynamique de disponibilité du sophrologue
L'écoute de soi, de l'autre : la « posture juste » dans la relation d'aide
Comment jongler avec ses énergies opposées et complémentaires dans une perspective d'ajustement
Saisir l'essentiel, à l'instant, dans le partage et comment mettre en lumière les ressources aidantes

Méthodologie :

Essentiellement pratique à partir de l'apport de stagiaires
Mises en situations
Etudes de cas
Apport théorique (Jung, Rogers, Saunders, Rosenberg)

Intervenants :

Eliane LAXAGUE et Stéphane PERE

21 Novembre, Journée de passage.

Bip, Bip, Bip...Bip, Bip, Bip...Serait-ce les vibrations sonores, insistantes de mon fidèle et infatigable réveil matin? Oui, c'est bien cela... le réveil sonne!

Mon esprit encore engourdi émerge des profondeurs moelleuses et chaudes de la nuit. Je grogne, m'étire et sens le froid inhabituel de la chambre me pincer le bout du nez. Temps de l'entre deux... Silence. Un léger tourbillon me parcourt et me mobilise: "Allez, debout!"

La pluie clapote sur les zincs des corniches, le ciel encore bleu par endroits se couvre de nuages gris. Je regarde par la fenêtre une personne bien emmitouflée qui promène son chien paisiblement

Au rez-de chaussée, la radio déverse toujours son flot de nouvelles à la fois inquiétantes et rassurantes. Suite aux attentats, aux menaces, au risque de représailles, la tension monte. Les émissions spéciales se succèdent, les manifestations de masse sont annulées et les bouches de métro sont fermées à Bruxelles. Sur les ondes, priorité aux infos en lien avec les mesures d'urgence prises au cours du week end.

L'agitation ambiante m'envahit malgré moi : je tourne en rond dans la maison, incapable de me décider à entreprendre une des nombreuses activités pourtant bien présentes dans ma tête.

La pluie continue à scander de manière lancinante le temps qui s'écoule et les arbres tendent leurs bras noirs à je ne sais quelle lumière.

Fragile comme la flamme d'une bougie, une douce chaleur lumineuse me murmure; " tu es en vie, bien au chaud, en sécurité, redresse-toi!". Je tâtonne, commence des tâches administratives, finis un bouquin, donne un coup de fil, regarde pour la cinquième fois mes messages, j'agis sur commande en "pilotage automatique".

Puis, soudain, insatisfaite, mon intuition s'impose et me voilà assise en méditation. La respiration fait son chemin, je là suis et je me récupère. L'énergie libérée inspire le geste juste et ma méditation se transforme en séance de sophro en passant par l'exercice du périnée. Creuset de vie où se mélangent les énergies masculines et féminines.

Mes énergies opposées qui jouaient leur jeu de pouvoir se réconcilient. Je les fais vivre côte à côte dans l'exercice du moulinet que je réalise, cette fois-ci, dans une dynamique de douceur déterminée et d'affirmation existentielle.

JE me redresse. Un autre exercice s'impose: celui de la flexion/extension des bras. J'y trouve de l'apaisement sous la forme d'un sourire. Le masque s'ouvre. La neige se mélange à la pluie. Le silence sombre de cette fin d'après-midi enveloppe les branches noires des arbres. Les lumières de la ville s'allument.

J'ai retrouvé ma flamme. Je suis en hiver. Et c'est dans cette nouvelle énergie que j'écris pour témoigner de la Vie qui s'exprime au delà des peurs et des angoisses. La lumière est en nous, prenons en soin.

Je n'ai rien fait de mon après -midi SAUF un passage qui me permet d'exister en lien avec moi -même, vous qui me lirez et le mystère de la Vie. Ce soir, nous fêterons ma maman qui passe le cap des 80 ans. Vive la Vie!

Bons passages,

Régine Joisten.



Bébés Sophros

Catherine Balineau est infirmière et sophrologue. Depuis 18 années elle a créé aux Sables d'Olonne l'association Sophro Activ'. Avec Katherine et Odile, elle anime des groupes, mais reçoit aussi en individuel. Cet automne, un neuvième bébé a vu le jour au décours d'un travail effectué auprès de mamans en échec de maternité.

Martine Dupuy pour le Fédé-Infos : Avant de te lancer dans la première aventure bébé, avais-tu déjà une expérience dans ce domaine, personnelle ou professionnelle ?

Catherine Balineau : Non. Je suis infirmière de profession mais je n'exerce plus depuis 30 ans. Ce n'est pas l'infirmière qui a aidé, mais la sophrologue que je suis. Par cette expérience répétée, je me suis rendue compte que l'outil était pertinent et cela m'a donné envie de poursuivre. Je ne m'en suis pas fait non plus une spécialité : à ce jour je compte neuf bébés sophro sur une dizaine d'années.

MD : Racontes-nous la toute première aventure « bébé ».

CB: Une jeune femme est venue frapper à ma porte après une série de fausses couches. Il ne s'agissait pas d'anomalies organiques mais de dérèglements physiologiques entraînant la stérilité. Un processus de blocage pour avoir un bébé. J'ai senti également qu'il y avait un grand sentiment de culpabilité – ne pas réussir à porter un bébé à terme – qui surpassait le fait de ne pas avoir de bébé.

MD: Quelle est ta méthode?

CB : J'ai accueilli cette jeune femme dans un groupe. Dans un premier temps, elle a appris la sophrologie de base au sein d'un groupe, puis j'ai senti le besoin de séances individuelles. La pertinence de cette approche, alternant groupe et individuel, s'est confirmée avec les autres cas :

Le groupe permet à la personne de se défocaliser du problème- devenu un point de fixation obsessionnel. Toute la vie se mesure et se référence sur ce projet d'enfant.

L'individuel permet d'être au plus près du besoin de la personne, d'adapter l'outil à sa demande particulière.

MD : A quel moment proposes-tu une séance individuelle ?

CB : La possibilité de séance individuelle est annoncée dès le départ, comme une *possibilité ouverte*. Ce serait une erreur de l'inclure dans un protocole-sophro – énième protocole qui les mène à une programmation enfermante. Le protocole est contre productif car il alimente le côté « programmation » du bébé.

De plus, si je les inscrit dans un nouveau protocole, elles retombent encore dans les bras de quelqu'un d'autre – en l'occurrence moi-sophrologue – pour avancer – exactement comme leur suivi médical les prive de la prise en main de leur vie.

En résumé je leur dis : « Je ne suis qu'un catalyseur, je peux vous donner des pistes, mais ce n'est pas moi qui fait le boulot. »

MD : N'avoir rien de prévu à l'avance, ouvre certes les possibles...mais quand sais-tu qu'il faut passer à l'individuel ?

CB : Soit elles le demandent spontanément ; soit je le propose à l'issue d'une séance de groupe, d'après leur partage. L'individuel doit arriver à un moment où la personne sent qu'elle pourrait attraper les choses autrement. Quelquefois je le sens dans son partage, quelquefois elle le formule elle-même.

ATTENTION : il s'agit toujours d'une découverte de la sophro ! En tant qu'animateur, j'ai envie de les emmener toucher les choses inconscientes, mais l'aventure commence à peine ; ont-elles assez de Force, ou pas ? Ce jugement est très personnel. La sophrologue que je suis reste dans « Je ne sais pas ».

MD : Qu'est-ce qui te décide ?

CB: J'attends leur « feu vert » : qu'elles en manifestent le désir. Etre dans la réponse à la demande, au coup par coup. Encore une fois sortir du prévisible, du prévu, du protocole.

MD : Entre groupe et individuel, tu avances en fonction d'elles, en toute liberté. Quand tu passes en individuel, t'affranchis-tu aussi du protocole sophro ? (corporel-puis émotionnel-puis intuitif)

CB : Cela dépend des personnes. Aucune des sept n'a eu le même parcours. Mais pour toutes, quand l'individuel s'est profilé, l'émotionnel était déjà bien amorcé. La découverte sophro en groupe a suivi sa progression naturelle durant 3 mois environ à raison d'une séance par semaine. Il m'est arrivé de proposer des séances individuelles avant, mais elles étaient ciblées sur le corporel, et éventuellement un émotionnel prudent si on n'en était pas encore arrivé là dans le groupe. Dans la prise en charge individualisée, l'essentiel est d'apprendre à vivre dans l'instant présent – et non figé dans le futur du projet d'enfant ! – et de récupérer une vie qui n'est pas que CE problème. Souvent, ces séances permettent au sophrologues de récupérer de nombreuses informations sur le contexte parental, de couple, l'histoire de la personne...

MD : Quid du futur papa dans cette aventure sophro ?

CB : Autant de réactions différentes que de couples :
 Le papa très rationnel qui n'y croit pas
 Cela ne peut pas te faire de mal
 Pourquoi pas ? On aura au moins tout essayé.
 Et un qui a participé à certaines séances individuelles.



MD : Il peut suivre quand même, ne connaissant pas la sophrologie ?

CB : Les séances sont alors très simples, basées sur le corporel, le plaisir sensoriel, le plaisir de faire des choses ensemble, d'avoir des activités individuelles, ou sur la joie de vivre... car tout cela est très atteint dans le couple. Une séance possible pour qui n'a jamais fait de séance de sophro : module1 + une évocation émotionnelle sympa.

MD : Combien de temps prend ce travail spécifique ?

CB : Le but visé est : « je suis dans la vie, alors donner la vie devient possible. »

En fait il s'agit de déprogrammer un programme qui a échoué.

Le bébé a très souvent été programmé entre un plan de carrière, une construction de maison, en fonction de l'âge. Par exemple, bébé était programmé après l'obtention d'un travail stable, ou l'achat d'une maison. Bébé ne venant pas, le travail peut se déstabiliser...ou arrive la culpabilité de la priorité donnée au travail ; la maison est achetée mais le bébé prévu n'est toujours pas là : sentiment de vide, d'échec.

Pendant ce temps, (2 ans à 5 ans selon les sept couples rencontrés) les futurs parents vivent, ne sont plus dans le plaisir de ce qu'ils ont acquis ou réalisé. Ils sont dans l'avoir, le faire et plus du tout dans l'être, la vie. Le faire comble le vide en attendant... Ils ont essayé beaucoup de choses, dans un parcours complexe qui les a empêtré à chaque fois un peu plus dans ce programme dont ils ne voient pas l'issue. Et la charge de culpabilité s'alourdit chaque fois un peu plus. La sophro n'échappe pas à cet engrenage : elle n'est qu'un maillon supplémentaire, conseillée par quelqu'un.

Tant qu'ils ne sortent pas du programme-échoué, ils ne peuvent pas réussir car ils ne sont plus dans la vie du moment présent.

Il s'agit donc, en quelque sorte, d'effectuer une déprogrammation (je n'arrive pas à donner la vie), pour se retrouver le présent, la vie. Tout passe par le **sentiment de se sentir dans la vie** : une personne qui est dans la vie peut donner vie, à un enfant, à un projet, à un devenir...

MD : La sophro arrive au bout d'un long processus d'échec comme une énième tentative. Les futures mamans l'abordent sûrement avec beaucoup de scepticisme. Comment fais-tu pour qu'elles s'investissent quand même dans l'outil ?

CB : Je présente l'outil d'abord comme un bénéfique pour elles : s'occuper de soi, sortir de l'épuisement des techniques proposées, voir autre chose car le problème est omniprésent dans la vie. Les sentiments qui les envahissent facilement sont la tristesse, le découragement, le doute, la culpabilité... « je n'existe que dans cet échec ». Une absence de sentiment d'existence qu'il est capital de retrouver !

MD : Toutes les personnes que tu as suivies ont eu un bébé ?

CB : Oui, ils ont été parents une fois, parfois 2 fois.



Pratique : la séance-clé de déprogrammation - la séquence intuitive :

J'invite les personnes à revenir le plus loin possible en arrière jusqu'à...peut-être la première fois où est née l'envie d'avoir un enfant, ou bien la rencontre des « futurs parents ».

Puis se visualiser dans tous les **projets du moment** (vie de couple, travail, vie sociale, bébé, maison, activités loisirs, etc.) **dans le contexte de cette période**. Envisager TOUT, sans sélection, que cela se soit ensuite réalisé ou pas.

Puis ne garder en mémoire que le **contexte de cette période**, et revenir dans l'instant présent.

Un temps pour prendre conscience du **contexte actuel**, qui a sûrement changé : les personnes, soi-même, les activités, lieu de vie...)

A partir de ce contexte actuel, mettre en valeur ce qui apporte le plus **d'Énergie de Vie**. Se visualiser dans les moments les plus agréables, parfois très simples... laisser faire, accueillir en privilégiant l'instant présent.

Posture : laisser venir le sens...

NB : A la reprise de cette séance, j'ai toujours l'envie d'avoir un appareil photo afin d'immortaliser un visage radieux, un regard pétillant de vie, ...même si parfois, quelques larmes ont coulé. Bébé est déjà là !!!

LES STAGES PROPOSES PAR NOS ADHERENTS EN CE DEBUT D'ANNEE...

**« A la rencontre de notre
Enfant intérieur »**

Stage
Découverte
N°1

Samedi 19 mars
2016 de 9h à 17h30

Dimanche 20 mars
2016 de 9h à 12h

Contes traditionnels,
Sophrologie Dynamique®,
Yoga du rire, Créativité.....

Intervenantes

M-Christine Mourier
Sophrologue FESD
formatrice

Stéphanie Regout
Sophrologue FESD
formatrice

Repas samedi midi
15€

Hébergement
Formule Gîte
25€ la nuit

Maison de la Forêt
86360 Montamisé
Près de Poitiers

Coût du Stage
130€

Inscriptions
& renseignements :
mc-mourier@orange.fr
06.27.31.71.28
regout.stephanie@sfr.fr
06.78.50.56.28

STAGES DE NOS ADHÉRENTS



SOPHROLOGIE DYNAMIQUE[®]

et

VOIX

Régine JOISTEN: Kinésithérapeute
Sophrologue, maître praticien (AES)

Muriel BRUNO: Chanteuse
Professeur de chant

UNISSENT LEURS VOIES POUR VOUS PROPOSER :

- 2 chemins à explorer dans leurs résonances intérieures et extérieures.
- 2 chemins dont les directions s'entrecroisent et permettent à la créativité de s'exprimer.
- 2 chemins à partir desquels nous laisserons vibrer nos empreintes d'êtres vivants.

LE WEEK-END DU 12 et 13 mars 2016

Lieu: Rue de la Faille, 20. 4000 Liège. Belgique.

Coût: 160€ pour les deux jours (non résidentiel).
(potage, pauses, boissons offerts)

Groupe: minimum 6 personnes, maximum 10 personnes.
Aucun pré requis n'est demandé.

Inscription: effective dès réception du paiement.
Date limite : 22 / 2 / 2016

Contact: Régine Joisten: +32(0) 4 252 16 21 ou +32(0)473 70 95 35
reginejoisten@yahoo.fr

Edith de Wouters et Régine Joisten, sophrologues
proposent

les 5, 6 et 7 mai 2016

**un stage résidentiel « *All Inclusive* » au cœur de Liège
ouvert à toute personne désireuse
d'aller à la rencontre de son « *thérapeute intérieur* »**

VOYAGE AU CENTRE DE L'ÊTRE

STAGES DE NOS ADHÉRENTS

Déposer nos bagages un moment pour vivre un voyage intérieur avec nos énergies corporelles, émotionnelles et intuitives.

Tout au long de nos visites, prendre avec soi des souvenirs parmi les plus inattendus et les plus précieux que nous découvrons en chemin. Se donner l'occasion de les mettre dans nos valises. Boucler celles-ci conscients des ressources qu'elles contiennent.

Et, dès cet instant, mettre en mouvement les énergies ressources de notre voyage dans nos activités quotidiennes et projets de vie.

Du jeudi au samedi, nous vous proposons ce cheminement à l'aide d'exercices simples, de séances de Sophrologie Dynamique®, de techniques créatives,... effectués en groupe.



Aucun pré-requis n'est demandé

Nombre de participants : Groupe de minimum 6 personnes et maximum 12.

Lieu : Abbaye Notre-Dame des Bénédictines, Boulevard d'Avroy 54 à 4000 Liège (Belgique)

Coût : Frais pédagogiques : 350 Euros + frais d'hébergement : 115 Euros
Pension complète du mercredi soir au samedi 17h

Informations et inscription :

Edith de Wouters, Maître-Praticienne en Sophrologie Dynamique®, Art-Thérapeute AMC® et Consultante RH
0032 (0)4 252 43 88 – 0032 (0) 497 19 33 58 edithdewouters@yahoo.fr

Régine Joisten, kinésithérapeute et Maître-Praticienne en Sophrologie Dynamique®
0032 (0)4 252 16 21 – 0032 (0)473 70 95 35 reginejoisten@yahoo.fr

**... Un voyage au cœur de soi pour se laisser surprendre
par ses énergies-ressources...**



Fédération Européenne
de Sophrologie



Pause méditative...



web

ANNEE 2016

BULLETIN D'ADHESION A LA F.E.D.S

- 1^{ère} ADHESION
 RE-ADHESION (ne donner que les modifications à apporter par rapport à l'an dernier)

Nom et prénom : -----

Adresse : -----

Téléphone + Téléphone Portable : -----

Email : -----

Profession : -----

Exercez vous la sophrologie dans le cadre de votre profession ? OUI NON

Explicitez si besoin : -----

Année d'obtention de votre diplôme de sophrologue : -----

Fin du cycle d'approfondissement ou anciennement de «l'école de thérapie» : -----

Date de naissance (facultatif) : -----

Vous adhérez à la fédération en tant que :

- | | | |
|----------------|--------------------------|-----------------------------|
| Membre actif | <input type="checkbox"/> | ci-joint un chèque de 70 € |
| Membre associé | <input type="checkbox"/> | ci-joint un chèque de 50 € |
| Ecole | <input type="checkbox"/> | ci-joint un chèque de 110 € |

Souhaitez-vous **apparaître dans l'annuaire** des sophrologues sur le **site Internet** de la fédération ? OUI NON

Si oui, informations à faire paraître :

- Coordonnées**
 Profession
 Domaine d'intervention

Le règlement de l'adhésion peut s'effectuer par :

→ Virement bancaire : IBAN : FR35 2004 1010 0608 0347 0N02 752 / BIC : PSSTFRPPLIM

→ Chèque : à libeller à l'ordre de la FEDS

A retourner, accompagné du présent bulletin à :

Béatrice PRIMAULT – 5 ALLEE DE LA MAISON ROUGE – 44000 NANTES
06 78 17 09 44 – b.primault@yahoo.fr

INSCRIPTIONS AUX FORMATIONS CONTINUES



Fédération Européenne
de Sophrologie

« Le savoir-faire du sophrologue »

9 et 10 avril 2016

INSCRIPTION

A adresser accompagné d'un chèque d'arrhes de 45 € à l'ordre de FESD *
à Mme Laurence THIAUDIERE
Boiscoutant 86370 VIVONNE
Date limite d'envoi le 12 mars 2016

Nom.....Prénom

Adresse

Adresse mail

Téléphones

Pendant ce stage la restauration du midi se fera sur place. L'hébergement restera au choix de chacun, avec une possibilité d'être hébergé dans des chalets doubles.

Date :

Signature :

**Désistement possible jusqu'à 15 jours avant le stage après quoi le chèque d'arrhes sera gardé.*



Fédération Européenne
de Sophrologie

« Le savoir-être du sophrologue »

15 et 16 octobre 2016

INSCRIPTION

A adresser accompagné d'un chèque d'arrhes de 45 € à l'ordre
de FESD*
à Mme Laurence THIAUDIERE
Boiscoutant 86370 VIVONNE
Date limite d'envoi le 15 septembre 2016

NomPrénom

Adresse

Adresse mail

Téléphones

Ce stage sera en résidentiel, l'hébergement et la restauration se feront donc sur place.

Date :

Signature :

**Désistement possible jusqu'à 15 jours avant le stage après quoi le chèque d'arrhes sera gardé.*