

Académie Franco Suisse de Sophrologie

Madame, Mademoiselle, Monsieur,

C'est avec plaisir que nous vous envoyons, conformément à votre demande, une documentation sur notre Formation Professionnelle en Sophrologie.

Nos enseignants, élèves du Professeur Caycedo, Certification Supérieure de la Fondation Caycedo, ou Certification RNCP de l'académie de sophrologie de Paris, fidèles à la Sophrologie des origines, vous apportent :

- **Une formation professionnelle** approfondie, élargie, abordant en même temps que la Sophrologie, la Psychologie, la Philosophie Phénoménologique, et la compréhension nécessaire de l'Hypnose pour pratiquer cette méthode.
- **Un accès à une formation supérieure à Paris**, formation dispensée par les directeurs des écoles du Réseau des Académies de Sophrologie.
- Des formateurs expérimentés, « Certification supérieure en Sophrologie délivrée Par le Professeur Caycedo ou Certification RNCP de l'académie de sophrologie de Paris
- Des entraînements pratiques qui vous préparent, entre autre, à l'intervention devant un groupe.

Après votre Formation, l'Académie reste en contact avec vous en vous proposant une formation supérieure, des stages de spécialisation ou d'actualisation.

Nous restons bien entendu, à votre entière disposition pour tous renseignements complémentaires.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

Notre site :

<http://www.sophro-formation.org>

Notre Mail :

contact@sophro-formation.org

Notre Téléphone :

00 33 450 38 81 79

**FORMATION FONDAMENTALE EN SOPHROLOGIE
PRÉPARANT À LA CERTIFICATION DE
« SOPHROLOGUE »**

Directeur de Formation :

Dr. Guy CHEDEAU

Docteur en Médecine, Psychothérapeute

8 rue du Mont Blanc 74100 ANNEMASSE

Tél : 04 50 38 81 79 Télécopie : 04 50 92 89 66

LA FORMATION

Elle se déroule sous forme de
13 Modules de 2 jours
2 journées vivantielles
13 séances de 2h le samedi soir
Pour un total de 250h

La formation est validée par un :

- **CERTIFICAT DE FORMATION FONDAMENTALE EN SOPHROLOGIE**

Après un Examen Théorique Écrit et Oral et la remise d'un recueil réunissant toutes les Phénodescriptions de l'Élève rédigées pendant la Formation.

La Réussite de cette formation permet :

- l'exercice professionnel salarié ou libéral
- d'autre part l'accès à la formation supérieure.

- **CERTIFICAT DE FORMATION SUPERIEURE EN SOPHROLOGIE**

Le cycle supérieur est organisé à Paris par le Réseau des Académies de Sophrologie.

Cette formation complète la formation de base en Sophrologie par un approfondissement des concepts et de la pratique.

L'enseignement est donné par le Docteur Guy Chedeau et deux autres formateurs de l'Académie de Sophrologie Paris.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• LE DÉROULEMENT

Les groupes sont constitués de petits effectifs (une vingtaine d'élèves) afin que vous puissiez profiter au mieux de l'enseignement.

Les cours ont lieu en présentiel au Clos des Capucins à Yenne.

Cette formation est dispensée par des formateurs (Certification supérieure délivrée par le Professeur Caycedo) ou (Certification en formation fondamentale et RNCP)

Le programme ci-après est donné à titre indicatif.

Il peut être adapté pour partie par les formateurs en fonction de l'avancée du cours et du groupe.

Un programme très détaillé est remis à chaque participant par mail (en PDF) quelques jours avant le séminaire

• MOYENS PÉDAGOGIQUES

Chaque stage est animé par plusieurs formateurs (Formation supérieure délivrée par le professeur Caycedo et/ou Formation délivrée par l'académie Franco-Suisse et RNCP) tout spécialement choisis par l'Académie pour leurs compétences et leurs expériences professionnelles avérées.

Le formateur pourra utiliser tous moyens pédagogiques (projection de films, utilisation de la vidéo...)

Chaque stage comportera la démonstration et la pratique des exercices enseignés.

Les stagiaires auront la possibilité d'animer partiellement ou complètement l'un des exercices.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• CRITÈRES D'ACCEPTATION AU STAGE

La formation est **ouverte à tous** :

- Professionnels de la santé et de la psychologie
- Professionnels de la pédagogie
- Travailleurs sociaux
- Milieu sportif
- Professionnels du commerce et de l'entreprise
- Toute personne motivée par la recherche d'une nouvelle activité.

La candidature sera accompagnée d'un **C.V.**, d'une **copie des diplômes** s'il y en a et d'une **lettre de motivation**.

Elle sera examinée par le Directeur de l'Enseignement.

À NOTER = Certains handicaps pouvant être limitants, merci de nous contacter.

L'Académie dispense également des cours destinés au public et des stages de spécialisation dans des domaines spécifiques de l'application de la Sophrologie, notamment « **Éveiller les Capacités de l'Enfant** » : Une Approche Ludique et Créative mêlant Sophrologie, Hypnopraxie et Ressources Innovantes.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Toute personne inscrite à un cours de formation se doit de respecter le présent règlement.

HORAIRES :

Samedi

Présence : 8h 30

Déjeuner : 12h30 à 14 h

les cours se terminent vers 19 h 30

Samedi soir : Pratiques éducatives d'environ 2 h

Dimanche

Présence : 8h 30

Déjeuner : 12h30 à 14 h

les cours se terminent vers 17h

Les Stagiaires devront avoir réglé, avant le début du cours, les modalités administratives avec le secrétariat.

La fin des journées et des modules est fixée par le Formateur lui-même en fonction de son programme et de l'évolution du groupe.

PRÉSENCE :

La présence du Stagiaire doit être effective durant les heures de formation et nous considérons le repas de midi comme faisant partie intégrante de ces horaires lors des cours en présentiel.

En cas d'impossibilité ou de force majeure, c'est l'Académie qui doit être prévenue de l'absence.

Les stagiaires doivent émarger pour chaque jour des modules (matin et après-midi), une feuille de présence qui attestera de leur participation aux cours.

Les stagiaires doivent donc prendre leurs dispositions pour se rendre disponibles pendant les modules.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

INTENDANCE POUR LES COURS EN PRESENTIEL :

Les repas et le coucher, s'il y a lieu, sont prévus par l'organisation et sauf avis contraire, nous considérons que les stagiaires prennent l'intégralité des prestations servies et prévues. Dans tous les cas le repas de midi est pris en commun.

TENUE ET COMPORTEMENT :

Durant les modules, les Stagiaires doivent revêtir une tenue confortable.

Nous préconisons des tenues sport ou des vêtements larges qui facilitent les pratiques.

Les portables doivent être éteints.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

Programme

Module 01	Présentation l'Académie Histoire, Structures, lien avec les cours supérieurs, définitions Histoire de la sophrologie Les origines Le processus Les moyens La relaxation et ses méthodes Les règles de sécurité La présentification Théorie et Pratique de la SB , SBV , Tram
Module 02	Révisions Approche philosophique en sophrologie Vivance et répétition vivantielle Les 5 systèmes et pourquoi Etats et niveaux de conscience La respiration et son utilisation dans les relaxations dynamiques L'homme total Théorie et pratique RD1A SRS – SDN -SAV
Module 03	Révisions Alliance Philosophie et Sophrologie Psychologie et Sophrologie Le stress et la sophrologie La Consultation en Sophrologie I IPS, AIS, PI, PT, DSB, DPV, Terpnos Logos RD1B ; SA ; SC
Module 04	Révisions La philosophie en sophrologie La conscience et son histoire La conscience en sophrologie 4 principes 3 piliers Accompagnement d'une personne ou d'un groupe RD1 Viv. Tiss. et Techniques du présent SPI

Académie Franco Suisse de Sophrologie

Module 05	Révisions La consultation approfondie en Sophrologie II La vivance de l'esprit La conscience et l'esprit La futurisation Hypnose et sophrologie RD2A théorie et pratique Techniques de futurisation FL
Module 06	Révisions Les 3 lumières Philosophie et phénoménologie Perception et projection Psychologie et sophrologie Freud Transfert et alliance La conscience tissulaire RD2B Paramètre de futurisation : SFL ; SStim P. .SPF
Module 07	Révisions La description phénoménologique et son utilisation SAV et sa pratique Le sommeil Les différentes demandes d'accompagnement (stress, travail, sport etc...) et la mise en place d'un programme RD2 Viv Tiss; SCS; SAP
Module 08	Révisions Phénoménologie intérêt pour la sophrologie L'Inconscient Structures-Unités-Valences Intégration dynamique de l'être Temporalité : paramètres du temps RD 3 A Théorie et pratique
Module 09	Révisions Capacité et contenus Jung intérêt pour la sophrologie Husserl et Heidegger ; Conscience et être Prétérisation : intérêt et danger RD3B Théorie et pratique et SMnL

Académie Franco Suisse de Sophrologie

Module 10	Révisions La sophrologie des origines La sophrologie actualisée Le Zen La RD3 viv Tiss Sophrologie et enfants RD3 Viv Tiss. ; SMnP ; SStimMn
Module 11	Révisions RD3 des origines-RD3 viv tiss La TD Sophrologie et sport – préparation mentale Installation Démarchage : mise en place de documents, programmes Sophrologue au travail : gestion du stress- savoir s’exprimer en public La notion d’intégration La thanatologie RD3 et techniques de prétérisation RD3 Viv Tiss ; SMnSP ; SSubMn
Module 12	Révisions La Région Les valeurs fondamentales Utilisation des protocoles et des différents temps Mises en place d’un accompagnement Gestion d’une séance Anamnèse/objectifs Techniques de totalisation Présentation d’un projet personnel RD4 Théorie et pratique ; RD4 Viv.Tiss. SPV TDI et TDE
Module 13	Révisions théories et pratiques Présentation du cycle supérieur La radicalisation- approfondissement La dimension existentielle RD4 viv tiss

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• À QUI S'ADRESSE LA FORMATION ?

La formation en Sophrologie se situe dans le domaine des Sciences Humaines.

Elle s'adresse aux professionnels

- de la Santé,
- de la Pédagogie,
- de l'Entreprise,
- de la Pédagogie Sportive,
- aux Travailleurs Sociaux,

Et à toute personne en quête d'une activité humaniste.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

À PROPOS DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE

LES POINTS FORTS

• L' EXPÉRIENCE DES ENSEIGNANTS

Docteur Guy CHEDEAU, Directeur de l' Académie Savoie-Dauphiné de Sophrologie depuis 1993, Médecin Psychothérapeute, 40 ans d'expérience, élève du Professeur Caycedo pendant 25 ans, diplômé de Sophrologie Clinique, Certification supérieure en Sophrologie de la Fondation Caycedo Branche Clinique.
Fondateur de l'école 1993. Reconnaissance Nationale des Certifications Professionnelles en Sophrologie.

Mme Marie-Hélène DELÉCRAZ, Pharmacien, Certification supérieure en Sophrologie de la Fondation Caycedo, Branche Clinique, accompagnement des personnes en fin de vie, Pratique en groupe, dans les lycées, Enseignement.

M. Patrick TISSERAND, Chef d' Entreprise, Certification supérieure en Sophrologie de la Fondation Caycedo, Branche Socio Prophylactique.
Pratique en individuel, en groupe, Enseignement.

Mme Monique MASSET, Pédagogue, Certification supérieure en Sophrologie de la Fondation Caycedo, Branche Sociale. Spécialisée pour les enfants, pratique en groupe et en individuel, Enseignement.

M. Emmanuel POMMIER, spécialisé en formations adultes et animation de groupe, Certification de formation fondamentale en Sophrologie de la Fondation Caycedo, Branche Socio Prophylactique. Formation supérieure en Sophrologie à Paris.

Mme Samia BARRIOT Laborantine, Certificat de formation fondamentale en sophrologie de l'Académie Franco Suisse de Sophrologie
Reconnaissance Nationale des Certifications Professionnelle en Sophrologie (RNCP)

Académie Franco Suisse de Sophrologie

L'AMBIANCE

Stages favorisant l'intégration et le développement de chacun dans un cadre et une ambiance conviviale.

Ces stages ont lieu dans un ancien monastère transformé en centre de séminaire près d'un village médiéval.

LES STAGES DE PERFECTIONNEMENT NOTAMMENT

Éveiller les Capacités de l'Enfant : Une Approche Ludique et Créative mêlant Sophrologie, Hypnopraxie et Ressources Innovantes.

LA FORMATION SUPÉRIEURE

Sur environ une année en association avec le Réseau des Académies de Sophrologie, à Paris.

Le Cycle Supérieur se déroule en 4 séminaires de 3 jours et complète la formation de base en Sophrologie par un approfondissement des concepts et de la pratique.

NOTRE JOURNÉE ANNUELLE DE CONVIVANCES

Avec un thème chaque année et différents conférenciers et le plaisir toujours renouvelé de retrouver les anciens.

• À PROPOS DE VOS RÉGLEMENTS

Notre objectif est la promotion d'une Sophrologie Humaniste, libre et responsable.

Pour vous éviter toute difficulté par rapport à l'aspect financier de cette Formation et pour que cela ne soit pas un facteur de renoncement, nous sommes prêts à étudier votre situation et à vous faciliter autant que possible les conditions de règlement.

C'est pour cette raison que nous tenons à parler avec chacun d'entre vous qui êtes suffisamment motivé pour faire la démarche de nous connaître.

N'hésitez pas à nous parler de vos éventuelles difficultés.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• À PROPOS DE L' HÉBERGEMENT

Depuis une quinzaine d'années nous avons concentré toutes nos activités de formation et extra formation au **Clos des Capucins** 80 Chem. de la Curiaz, 73170 Yenne en Savoie, non loin d'Aix-les-Bains.

Nous avons négocié un forfait Week-end intéressant qui comprend du Samedi matin au Dimanche fin d'après-midi :

Boisson d'accueil, 4 pauses, 3 repas, chambre, petit déjeuner, salle.

TARIFS 2025 (Prévoir petite augmentation d'une année sur l'autre)

145,00 €	en chambre single et selon possibilité.
119,00 €	en chambre double.
70,00 €	sans chambre et sans repas le samedi soir.

C'est un endroit très convivial qui permet d'avoir un hébergement sur le lieu de Formation.

Personne n'est obligé de dormir sur place mais il faut savoir que les Samedis soirs après le repas, sont consacrés pendant 2h environ, à l'enseignement de la transmission des pratiques.

Cela ne se termine pas toujours de très bonne heure du fait des "relations conviviales", importantes pour la cohésion du groupe.

À NOTER POUR INFORMATION

Si vous ne souhaitez pas dormir sur place, le Clos des Capucins facturera le forfait de 70,00 € pour un week-end sans chambre et sans repas le samedi soir qui de ce fait, vous serait facturé 22,00 € en sus, soit un total de 92,00 € alors que si vous restiez sur place en chambre double par exemple, le forfait serait de 119,00 € pour le week-end tout compris.

Mais chacun est libre !

DATES des FORMATIONS 2026

DEVIS - TARIFS 2026

&

FORMULAIRE D' INSCRIPTION

Académie Franco Suisse de Sophrologie

DATES des MODULES pour la Session 2026

Module 01 :	Sam/Dim	21/22	Fev.	2026
Module 02 :	Sam/Dim	28/29	Mars.	2026
Module 03 :	Sam/Dim	18/19	Avril	2026
Module 04 :	Sam/Dim	30/31	Mai.	2026
Module 05 :	Sam/Dim	20/21	Juin	2026
Module 06 :	Sam/Dim	26/27	Sept.	2026
Module 07 :	Sam/Dim	07/08	Nov.	2026
Module 08 :	Sam/Dim	28/29	Nov.	2026
Module 09 :	Sam/Dim	23/24	Janv.	2027
Module 10 :	Sam/Dim	20/21	Fév.	2027
Module 11 :	Sam/Dim	13/14	Mars	2027
Module 12 :	Sam/Dim	17/18	Avril	2027
Module 13 :	Sam/Dim	29/30	Mai	2027

Les dates pour 2027 sont à confirmer

Académie Franco Suisse de Sophrologie

FORMATION EN SOPHROLOGIE

• DURÉE

250 heures de Formation Pédagogique dont :

- 234 heures (13 W.E de 2 jours).
- 16 heures (2 journées à Thèmes),

Le tout sanctionné par :

- un **Examen Ecrit** (sur la pédagogie enseignée)
- un **Examen Oral** (sur un cas pratique).
- un **Mémoire** (recueil des Phénodescriptions de toute la formation).

• LIEU

"LE CLOS DES CAPUCINS"

80, Rue de la Curiaz 73170 - YENNE Tél.: 04 79 36 85 70
(près d' Aix les Bains)

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Joindre avec le **bulletin d'inscription** dûment complété :
- La Feuille de Choix
- Un C.V.
- Une copie des diplômes s'il y en a
- Une Lettre de motivation
- La somme de **650,00 € *** - Frais d'inscription (chèque séparé à l'ordre de HYPPOS FRANCE.)

Après acceptation de votre demande, nous vous enverrons le contrat ou convention de formation à nous retourner dûment complété(e) avec le montant du **1^{er} paiement** de la formule choisie (chèque séparé à l'ordre de HYPPOS FRANCE.)

*(* Seul le chèque d'acompte de 650,00 € faisant partie de la somme globale, sera encaissé 1 mois avant le début de la Formation et restera acquis à l'Académie. Les autres chèques seront encaissés après le module 01.*

• ABANDON

➤ *En cas d'abandon, la somme forfaitaire de 650,00 €uros déjà versée à l'inscription pour l'acompte restera acquise à l'Académie Franco Suisse de Sophrologie et seuls seront remboursés les Modules non faits et déjà réglés.*

Académie Franco Suisse de Sophrologie

• FORMATION SUPÉRIEURE À PARIS

Sur une année environ, à raison de 4 sessions de 3 jours, cette Formation Supérieure se fera à Paris avec le Réseau des Académies de Sophrologie et sera dispensée par les Directeurs de ces Académies.

Elle est l'aboutissement indispensable de la formation continue du sophrologue qui permet d'aller au cœur de la réalité et de l'originalité de la méthode tout en menant également, par un aspect volontairement très pratique, à une utilisation dans l'exercice professionnel du sophrologue.

- ***COÛT DE LA FORMATION SUPÉRIEURE = 550 € par Session.***
(Tarif 2025)
- ***Règlement le moment venu et uniquement si l'élève désire poursuivre et compléter sa formation.***

Académie Franco Suisse de Sophrologie

BULLETIN D'INSCRIPTION - SESSION 2026

À RETOURNER COMPLÉTÉ À L'ACADÉMIE

NOM NAISSANCE..... Prénom.....

NOM MARITAL

ADRESSE

.....

ADRESSE ELECTRONIQUE.....

TEL. PORTABLE Tél PROF..... TEL DOMICILE.....

DATE DE NAISSANCELIEU.....

PROFESSION

DIPLÔMES ou CERTIFICATS

Joindre un CV, une copie des diplômes s'il y en a, une Lettre de motivation , une photo d'identité
et la somme de 650,00 €* - Frais d'acompte (chèque à l'ordre de HYPPOS FRANCE.)

Date et Signature :

Après acceptation de votre demande, nous vous enverrons le contrat ou la convention de formation.

Académie Franco Suisse de Sophrologie

ANALYSE DES BESOINS DU STAGIAIRE

ANTECEDENTS PROFESSIONNELS - EVALUATION DES ACQUIS

Professions exercées :

Dernier diplôme obtenu :

ENTRETIEN - BESOINS

Quel est votre projet professionnel :

- ☐ S'installer en tant que sophrologue libéral (reconversion) ☐ Exercer en structure
- ☐ Intégrer la sophrologie à mon exercice professionnel (= ajout de compétences à ma profession actuelle)

COMPTE RENDU D'ENTRETIEN

Quels sont les éléments qui vous ont décidés à prendre rendez-vous

- ☐ La volonté de découvrir l'Académie de sophrologie
- ☐ Avoir plus de renseignements sur la formation de sophrologue
- ☐ Avoir plus de renseignements sur le métier de sophrologue
- ☐ je n'ai pas jugé nécessaire de prendre rendez-vous

Quels sont les éléments qui vous ont décidés à vous inscrire

- ☐ Le contenu de la formation correspond à mon projet professionnel
- ☐ Le sérieux de l'académie
- ☐ La proximité géographique la diversité des formateurs
- ☐ L'ensemble de mes questionnements ont été levés
- ☐ Autres

CRITERES D'OPPORTUNITE ET FAISABILITE

Avez-vous réfléchi aux compétences nécessaires pour faire ces études :

- ☐ Mémorisation ☐ Organisation ☐ Capacités d'apprentissage

Avez-vous réfléchi aux compétences nécessaires pour en faire votre profession :

.....
Qu'allez-vous mettre en place pour aboutir à votre projet :

- ☐ Libérer du temps d'apprentissage ☐ Libérer du temps pour la pratique
- ☐ Libérer du temps pour la présence aux cours ☐ autres

Y a-t-il un élément de difficulté particulière dont vous aimeriez nous parler et pour lequel nous aurions à réfléchir à une adaptation de notre enseignement, dans la mesure du possible.

Signature du stagiaire

Académie Franco Suisse de Sophrologie

FEUILLE DE CHOIX - SESSION 2026

À RETOURNER COMPLÉTÉE ET SIGNÉE À L'ACADÉMIE

NOM & Prénom :

TARIF 650,00 € * + 3'850,00 € = 4'500,00 €

→ Je désire régler ma Formation comme suit :

- ☐ Païement en 1 fois soit: 650,00 € * + 3'850,00 € = 4'500,00 €
- ☐ Si inscription avant fin septembre 2025 et Païement en 1 fois soit:
650,00 € * + 3'650,00 € = 4'300,00 €
- ☐ Possibilité de païement en 3 fois : 650,00 € * + 1'284,00 € au Module 01
(Sans frais) 1'283,00 € au Module 04
1'283,00 € au Module 08
- ☐ Possibilité de païement par Module : 650,00 € * + 320,00 € par Module
(Avec frais)

→ Pour Prise en Charge par Organisme : 650,00 € * + 4'850,00 € = 5'500,00 €
Nous consulter

→ Pour l' HÉBERGEMENT, je désire réserver (Tarif 2025) modules en présentiel :
(Forfait week-end "Clos des Capucins")

- ☐ Chambre Single ➤ 145,00 € / w-e
- ☐ Chambre Double ➤ 119,00 € / w-e
- ☐ Journées Séminaires ➤ 70,00 € (35,00 € / jour)
(Sans chambre et sans le repas du samedi soir)
Les repas supplémentaires sont facturés 22,00 €

Date et Signature :