

# 25 ANS DE SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE EN LORRAINE SAMEDI 22 SEPTEMBRE 2018

9h00 à 18h30

Institut Lorrain de Formation  
en Masso Kinésithérapie  
57 bis rue de Nabécor • Nancy  
parking rue Paul Doumer

*mieux-être*



LEFAVE

MGEL



ircantec

ma  
santé  
retraite  
solidarité



Assurance  
Retraite

SÉCURITÉ  
SOCIALE  
INDÉPENDANTS

métropole  
Grand Nancy

Nancy



Sofrocay®  
Académie Internationale  
de Sophrologie Caycédienne



SFSCay  
Syndicat Français  
de la Sophrologie Caycédienne



Sophrolor  
École Lorraine de  
Sophrologie Caycédienne



20 bis, avenue Foch • 54270 Essey-lès-Nancy  
03 83 27 25 01 • [contact@sophrolor.fr](mailto:contact@sophrolor.fr)

[www.sophrolor.fr](http://www.sophrolor.fr)

## ▶ Qu'est-ce que la sophrologie caycédienne ?

La sophrologie caycédienne est un entraînement personnel basé sur des techniques de relaxation et d'activation du corps et de l'esprit. Elle a pour objectif le développement d'une conscience sereine et le renforcement des attitudes positives au quotidien. La pratique régulière de la sophrologie caycédienne permet d'optimiser ses propres capacités et vivre ses valeurs de façon autonome et dans le respect de la personnalité de chacun. Elle participe activement à la gestion du stress et des émotions négatives, qu'elles soient d'origine personnelle ou professionnelle.

## ▶ « Caycédienne » comme Caycedo

La sophrologie a été développée dans les années 60 par le docteur Alfonso Caycedo. Son approche résolument médicale et scientifique vise alors à apporter à ses patients une amélioration de leur qualité de vie. La sophrologie caycédienne n'est pas une branche de la sophrologie, mais bien la sophrologie dans sa forme authentique, telle que développée par le docteur Caycedo.

## ▶ Pourquoi ce congrès ?

L'objet de cette manifestation est de présenter tous les champs d'application en Lorraine de cette discipline qui permet à chacun d'être acteur de sa santé.

# Programme

## CONFÉRENCES

### Intervention vidéo

D<sup>r</sup> Natalia Caycedo

### Techniques psychocorporelles dans la santé

D<sup>r</sup> Jean-Pierre Houppé

### Naissance et évolution de l'École

Marc Bemer

### De l'École de Nancy à la sophrologie

Patrick Fiorletta

### Écologie personnelle et développement durable

P<sup>r</sup> Claudine Guidat

## ATELIERS

### Pratique en groupe MJC

Ghislaine Hawrosz

### Découverte des cinq sens

Odile Thomas

### Sons ludiques

Jorge Charret

### Initiation à la sophrologie caycédienne

Nathalie Humbert & Ségolène Mairet

### Enfants et sophrologie caycédienne

Anne-Laure Comerlatti

### Périnatalité

Odile Heymès

### Neurologie

Claire Flamion

### Souffrance et psychiatrie

Aude Bemer-Fousnaquer

### Psychothérapie

Isabelle Mathey

### Douleur et sophrologie caycédienne

Gérard Gunther

### Sport, compétition et existence

Marc Bemer

### Échéance scolaire et sportive

Denis Laplanche

### Gérer son stress avec la sophrologie caycédienne

Patrick Fiorletta

### Préparation aux interventions médicale ou chirurgicale

D<sup>r</sup> Florence Vial

### Stress de l'étudiant

Marie-Hélène Stref



# Modalités d'inscription

**Programme détaillé** [www.sophrolor.fr](http://www.sophrolor.fr)

**Inscription** [www.sophrolor.fr/inscription](http://www.sophrolor.fr/inscription)

## Contact

[contact@sophrolor.fr](mailto:contact@sophrolor.fr) • 06 12 52 42 49



Pour vous inscrire, flashez-moi !