

# PROGRAMME

Les 4 premiers degrés et les différentes techniques spécifiques :

- Le corps et la respiration,
  - L'esprit,
  - L'harmonie du corps et de l'esprit,
  - Les grandes valeurs existentielles
  - Études des théories et des concepts
  - Les antécédents occidentaux et orientaux
  - Les Applications cliniques, sociales, éducatives, sportives et préventives
- Le programme est donné à l'inscription.



335h



26 jours



10 élèves/session



École de Sophrologie  
Caycéienne  
BORDEAUX

# ORGANISATION

335 heures de formation :

- 182 heures de théorie : 26 jours (en formule WE)  
en présentiel ou en format hybride

- 153 heures de pratique : *les pratiques, le travail personnel, les vidéos à consulter - plateforme Sofrocay et suivi personnalisé (accompagnement durant la formation et préparation à la rédaction du projet professionnel).*

# TARIFS

- 3 590 € pour les inscriptions individuelles.
- 4 277 € pour les personnes prises en charge par la formation continue (*plan de formation*).
- Possibilité de paiement fractionné



Certificat de Cycle  
Fondamental de la  
formation en  
Sophrologie  
Caycéienne®



Paiement  
fractionné



3 590 €  
ou 4 277 €



Accompagnement /  
pas à pas



Supports et outils  
en ligne



Réseau national et  
international

# CANDIDATURE

- À la suite d'une réunion d'information

- Par téléphone au 05 56 07 21 03

- En ligne sur le site de l'école

lbactionsformations.fr, par email à  
lb.actions.formations@gmail.com



- Prérequis et conditions d'admission

Niveau baccalauréat

Un bulletin d'inscription complété

CV avec copie des diplômes et une lettre de motivation  
(incluant projet professionnel)

Un entretien avec le responsable de la formation



École de Sophrologie  
Caycéienne  
BORDEAUX

37, Avenue du Général Leclerc - 33600 Pessac  
lb.actions.formations@gmail.com

05 56 07 21 03

www.lbactionsformations.fr



# La formation en Sophrologie Caycéienne

# L'École



Fondée en 2011 par Lydie Basque, l'École dispense la formation au Premier Cycle en Sophrologie Caycéienne® qui permet l'accès aux 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> cycles ([www.sofrocay.com](http://www.sofrocay.com)) de la formation supérieure qui sont enseignés par le Dr Natalia Caycedo, présidente de Sofrocay et fille du Dr Alfonso Caycedo.

C'est une école à taille humaine implantée sur Pessac à 20 minutes du Centre de Bordeaux. Elle est la seule école déléguée de Sofrocay (Académie Internationale de Sophrologie Caycéienne®) qui assure l'enseignement dans toute son intégrité sur la région bordelaise et ses alentours. Sofrocay fédère près de 40 écoles (dont 23 en France) et plusieurs milliers de Sophrologues à travers le monde.

## La Pédagogie

La sophrologie est enseignée tel que conçue par son fondateur, le Dr Alfonso Caycedo. Sofrocay est l'institution fédératrice de la Sophrologie Caycéienne en tant que discipline de recherche mais également pour son enseignement et son application dans les champs médical, paramédical, éducatif, sportif et social ou de gestion de stress.

La pédagogie est donc régulièrement actualisée en fonction des dernières recherches du Dr Natalia Caycedo. Ce lien avec Sofrocay® et plus de 20 ans d'expérience de la fondatrice, directrice de l'école et Sophrologue Caycéienne®, Lydie Basque, permettent d'offrir une formation à la pointe des connaissances théoriques et pratiques de la sophrologie authentique, dite Sophrologie Caycéienne®.



La formation est dirigée vers l'optimisation de la professionnalité avec une réelle écoute et des sessions de 12 élèves maximum pour un accompagnement pas à pas et personnalisé.



Dès le début de la formation, les élèves peuvent accéder à tous les supports et outils en ligne (documents de référence, vidéos, revue de Sophrologie Caycéienne®...) ainsi qu'à tous les articles publiés par Sofrocay® (dossiers thématiques, actualités...)



## Les Références

Notre école est la seule école déléguée de Sofrocay® qui assure l'enseignement dans toute son intégrité sur la région bordelaise et ses alentours. Sofrocay® fédérant près de 40 écoles de formation (dont 28 en France) et plusieurs milliers de sophrologues à travers le monde.



L'École, référencée Data Dock et Qualiopi dispense le programme du cycle fondamental ou 1<sup>er</sup> Cycle qui prépare au Certificat de Cycle Fondamental de la formation en Sophrologie Caycéienne®.

## La Formation

### Objectifs

- Acquérir de solides compétences théoriques et pratiques.
- Valoriser les acquis de la formation dans le domaine professionnel.
- Rester informé et participer à la dynamique évolutive de la Sophrologie Caycéienne® via les réseaux nationaux et internationaux.



### A qui s'adresse cette formation ?

- A toute personne souhaitant devenir Sophrologue Caycéen®.
- Aux professionnels souhaitant acquérir de nouvelles compétences ou se réorienter.

### Durée

15 mois

### Rythme

13 sessions de 2 jours par mois (samedi et dimanche) soit 26 jours



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie « Actions de formation ».

