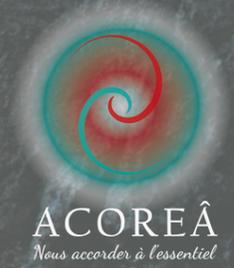


ACOREÂ  
*Nous accorder à l'essentiel*

# SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE

A LA LUMIERE DE  
L'ATTENTION





La Sophrologie Caycédienne  
*à la lumière de l'attention*

L'ART DE  
L'ACCOMPAGNEMENT

**2024 - 2025**



DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL  
SOPHROLOGUES ET ÉLÈVES EN  
FORMATION DE SOPHROLOGIE



# Nos Offres

## 2024 - 2025

### PERFECTIONNEMENT

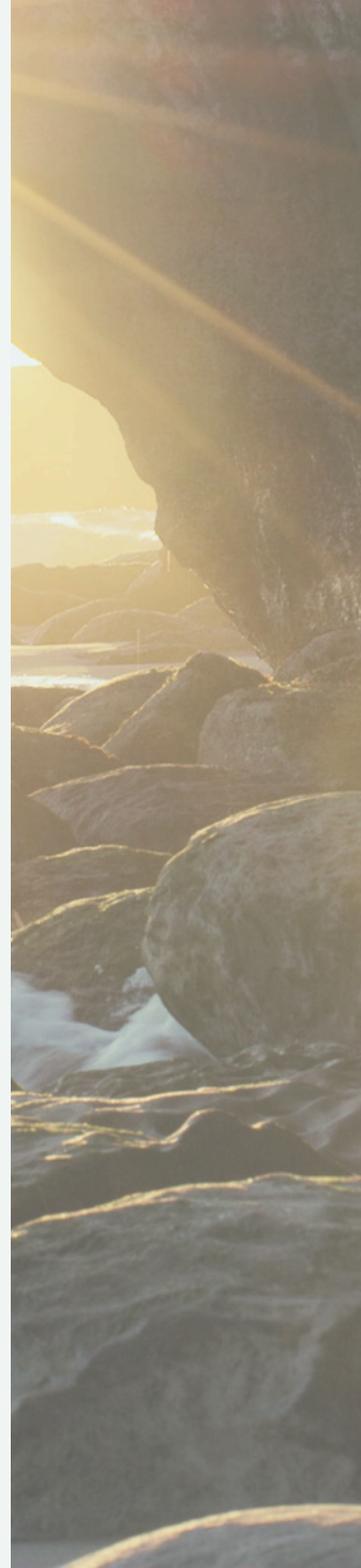
STAGE ART DE L'ATTENTION AU SERVICE DU  
SOPHROLOGUE

### JOURNÉE D'ENTRAÎNEMENT EN PRESENTIEL

RENFORCER SA PRATIQUE ET VIVRE L'ADAPTABILITÉ  
DES 3 CYCLES

### COURS HEBDOMADAIRES EN VISIO

UN ESPACE D'ENTRAÎNEMENT ET D'APPRENTISSAGE



# PERFECTIONNEMENT

## STAGE ART DE L'ATTENTION AU SERVICE DU SOPHROLOGUE



*Développer sa capacité d'attention pour potentialiser le sens de l'écoute, de la perception et de la relation dans l'accompagnement sophrologique.*

Se former à l'Art de l'attention, c'est préserver, restaurer et optimiser son potentiel d'attention. Celui-ci est à la base de toutes les capacités utiles dans le domaine de l'accompagnement sophrologique.

Avec l'Art de l'attention vous apprendrez à :

- Développer des aptitudes visant à optimiser votre savoir-faire et votre savoir être, dans la gestion de la relation et la mise en œuvre de la Méthode Caycedo.
- Renforcer et investir la posture fondamentale du sophrologue avec fluidité, élégance et congruence.
- Redécouvrir le sens de l'écoute, de la perception et de la communication à la lumière de l'attention.

Cette formation se déroule en 3 jours et suit une progression. Les jours 1 et 2 sont dédiés aux essentiels de l'attention et le jour 3 est dédié à l'art et à la pratique de l'attention libre. Chaque journée comportera une alternance d'apports théoriques et de mises en situation pratiques. Dans ce stage Nous explorerons le comportement de notre attention et son rôle dans notre façon de percevoir le monde (filtres). Nous acquerrons des outils pratiques pour apprendre à préserver, restaurer, filtrer et diriger notre attention. A travers cet entraînement, nous développerons notre aptitude à pacifier notre esprit, affiner notre perception, et ajuster notre regard phénoménologique (percevoir la réalité sans jugement ni déformation).



# PERFECTIONNEMENT

## STAGE ART DE L'ATTENTION AU SERVICE DU SOPHROLOGUE

 EN PRESENTIEL/DISTANCIEL

 QUAND ET OU

1er, 2 et 3 novembre 2024

A Céret, dans les Pyrénées Orientales

 TARIFS 2024

390 € les trois jours de stage

### Témoignages ...

*« La pratique de l'Art de l'Attention permet d'apaiser le mental et d'ouvrir un espace où la conscience peut se mettre en mouvement et se déployer. Les exercices proposés complètent et enrichissent ce que nous pratiquons habituellement en sophrologie. »*

Anne.

*« L'art de l'attention.*

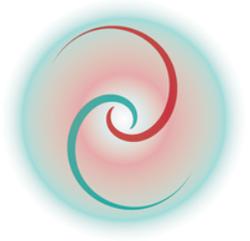
*Une profonde présence à moi-même, à ma respiration, avec ce petit plus d'attention soutenue et précise à mon environnement, mon espace ou un mouvement intérieur, qui m'emmène très profondément à l'intérieur de moi. Un moment suspendu ... précieux ! ».*

Pascale.



# JOURNÉE D'ENTRAÎNEMENT EN PRÉSENTIEL

RENFORCER SA PRATIQUE ET VIVRE L'ADAPTABILITÉ  
DES 3 CYCLES



## *Des rendez-vous mensuels en présentiel*

Pour

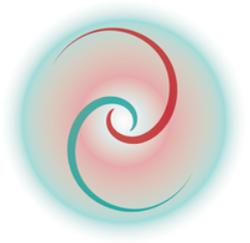
- Renforcer votre pratique des techniques des 3 cycles
- Expérimenter l'adaptabilité de ces techniques
- Affiner et éclairer vos connaissances théoriques
- Garder le cap et la motivation !
- tous les élèves en formation et les professionnels qui souhaitent continuer à s'entraîner au sein d'un groupe de pairs

*Ces rencontres seront entièrement animées et les pratiques guidées par Norbert GARAU et/ou Carole CONSEIL avec la participation éventuelle d'autres sophrologues caycédiens, master spécialistes*



# JOURNÉE D'ENTRAÎNEMENT EN PRÉSENTIEL

RENFORCER SA PRATIQUE ET VIVRE L'ADAPTABILITÉ  
DES 3 CYCLES



## 2 ESPACES DE RENCONTRE

CYCLE FONDAMENTAL : 9h30 - 12h30

CYCLES SUPÉRIEURS : 14h - 17h00

## DATES 2024 - 2025

12 octobre, 9 novembre, 21 décembre

18 janvier, 22 février, 29 mars, 26 avril, 21 juin

## TARIF 2024

La matinée ou l'après-midi	30€
Le forfait de 8 séances	190€
La journée complète	50€

## ADRESSE lieu d'entraînement

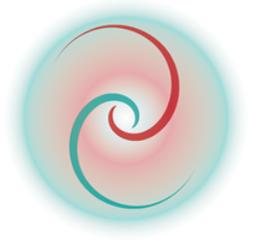
Institut Caycédo France

100, rue Bobillot, Paris 13<sup>ème</sup>



# COURS HEBDOMADAIRES

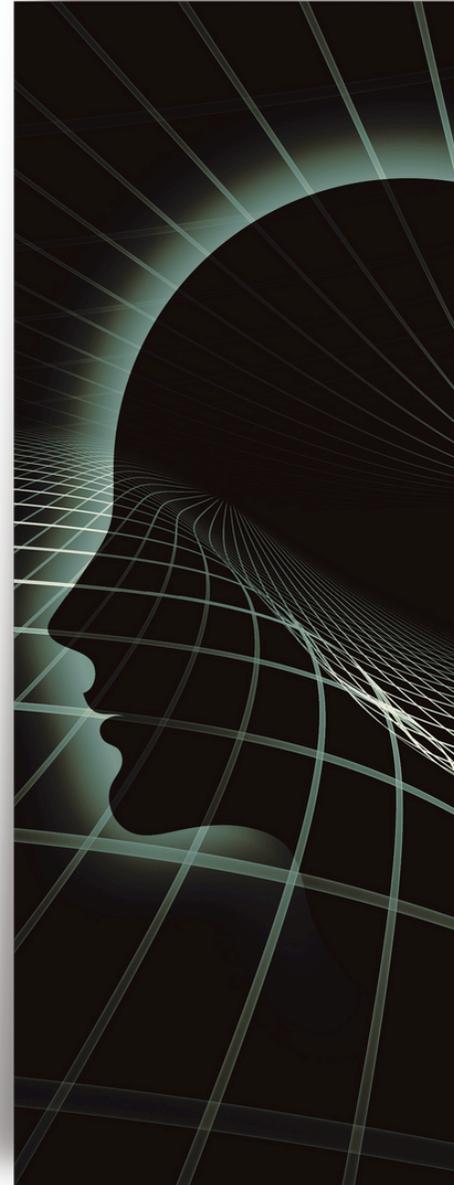
LES MARDIS ET MERCREDIS DE 19H À 20H15  
SUR SKYPE



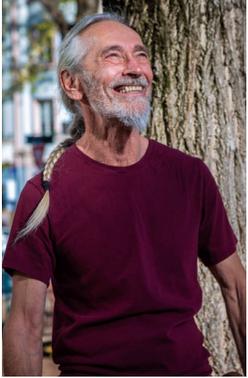
*Une conscience vivante pour entrer en relation avec  
soi-même et avec le monde*

- ADAPTABILITE DES 3 CYCLES DE LA METHODE  
CAYCEDO A LA LUMIERE DE L'ATTENTION
- TROUVER NOTRE PLACE, MANIFESTER NOS  
PROJETS, NOS VALEURS, ET NOUS ACCOMPLIR
- TARIF 2024

Les 12 cours (+2 offerts) 175€  
du 3 septembre au 18 décembre 2024



# Pour vous accompagner



## NORBERT GARAU

Sophrologue Caycédien  
Formateur et tuteur en Sophrologie  
Accompagnateur  
MultiID et Thérapie initiatique

Paris, Perpignan  
Tel. 06.82.78.83.66



## CAROLE CONSEIL

Sophrologue Caycédienne,  
Praticienne psychocorporelle  
& relation d'aide  
Formatrice et Consultante

Paris et Région Parisienne  
Tel. 06.19.81.61.41

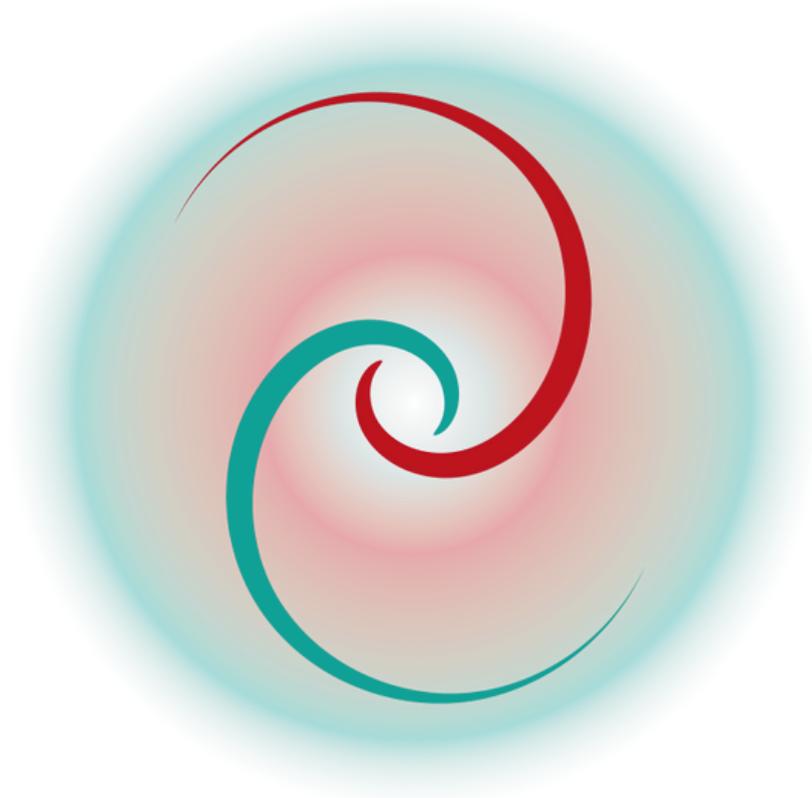


*Voir le calendrier complet :*



*Formulaire d'inscription :*





# ACOREÂ

*Nous accorder à l'essentiel*

[Mail : contact@acorea.fr](mailto:contact@acorea.fr)

[Site internet https://acorea.fr/](https://acorea.fr/)

