



Convention de Formation

Entre les soussignés :

L'Institut de Sophrologie Humaniste représenté par Mme Jacqueline Baudet - SIRET : 533 972 956 00031 - N° de déclaration d'activité : 31 59 08836 59 (ne vaut pas agrément de l'état) - CPF n°247511 enregistrement RNCP publié au JO du 27/8/2013 et renouvelé le 18 décembre 2018 pour la FEPS dont l'Institut est membre, situé au 127 boulevard de la Liberté 59000 LILLE.

D'une part,

Et M./Mme _____, résidant

, d'autre part.

Est conclue la convention suivante, en application des dispositions du livre IX du code du travail portant organisation de la formation professionnelle continue dans le cadre de l'éducation permanente :

Article 1er : Objet de la convention

L'Institut de Sophrologie Humaniste de Lille représenté par Jacqueline Baudet, organisera l'action de formation suivante :

« *Sophrologie & Sommeil* »

- ✓ Programme et méthodes : en annexe
- ✓ Type d'action de formation (au sens de l'article L. 900-2 du Code du travail) : Formation professionnelle pour l'acquisition de compétences techniques, pratiques et théoriques en sophrologie
- ✓ Dates : 26/27/28 juin 2020
- ✓ Durée : 24 heures
- ✓ Lieu : 127 boulevard de la Liberté - 59000 LILLE

Article 2 : Effectif formé

L'Institut de Sophrologie Humaniste de Lille accueillera le stagiaire dans un groupe de 34 personnes participants au maximum pour cette formation.

Article 3 : Dispositions financières

En contrepartie de cette action de formation, le stagiaire s'acquittera des coûts suivants :

TOTAL GÉNÉRAL : 396 euros (élèves FEPS en formation) / 450 euros (sophrologues)

Article 4 : Modalités de règlement

Un acompte de 70 euros est demandé à l'inscription. Le solde sera dû en totalité en début de formation.

À régler : par chèque bancaire à l'ordre de « *ISH-Jacqueline Baudet* ».

Article 5 : Dédit ou abandon

En cas de désistement moins de 10 jours avant la date du premier séminaire l'acompte versé resterait acquises à l'ISH-Jacqueline Baudet.

« En cas d'abandon en cours de formation, l'organisme retiendra sur le coût total, les sommes qu'il aura réellement dépensé ou engagé pour la réalisation de ladite action ».

Article 6 : Différents éventuels

Si une contestation ou un différend ne peuvent être réglés à l'amiable, le tribunal de Lille sera seul compétent pour régler le litige.

Fait en double exemplaire, à Lille, le

Pour l'Institut de Sophrologie Humaniste -
Jacqueline Baudet

Le stagiaire ou son représentant

SOPHROLOGIE & SOMMEIL

Dates : 26/27/28 juin 2020

Lieu : 127 boulevard de la Liberté - 59000 Lille

Public : Sophrologues en formation ou exerçant professionnellement ayant une expérience des 4 degrés de la relaxation dynamique de Caycedo.

Conditions d'admission

- ✓ Attestation de fin de formation en Cycle Fondamental (Ecoles de la FEPS).
- ✓ Attestation ou copie du diplôme justifiant d'une formation présentielle d'au moins 300 heures (autres écoles).

Nombre de places disponibles : 30

Animateur :

- ✓ Stéphane GIRAUDEAU : Formateur, sophrologue spécialisé sur les troubles du sommeil (10 ans en centre de sommeil à Paris), intervenant en entreprise sur le thème de la vigilance et de la récupération.
- ✓ Laurie ALET : Sophrologue diplômée de l'ISH. Superviseur certifié, Certifiée en relaxation non verbale, Ingénieur de formation initiale, Accompagne en groupe et en individuel en cabinet et en entreprise.

Objectifs :

- ✓ Mieux connaître les mécanismes de régulation du sommeil et de l'éveil (rythmes, neurophysiologie, hygiène), développer la pédagogie du sophrologue.
- ✓ Connaître et repérer les pathologies de sommeil (insomnies, hypersomnie, apnée du sommeil...), ainsi que les problématiques associées (stress, anxiété, dépression, burn-out...)
- ✓ Mettre en place les accompagnements adaptés (insomnie et autres troubles, rythmes atypiques, évolutions liées à l'âge...)

Programme :

Jour 1 :

- ✓ Horloge biologique
- ✓ Neurophysiologie du sommeil
- ✓ Cycles/stades, fonctions et évolutions du sommeil

Jour 2 :

- ✓ Hygiène de sommeil, pédagogie du sophrologue
- ✓ Les insomnies
- ✓ Expérience en cabinet
- ✓ Sophrologie en équipe médicale

Jour 3 :

- ✓ Autres troubles du sommeil (apnée, bruxisme, parasomnies, SJSR, rythmes décalés)
- ✓ Anamnèse, études de cas
- ✓ Protocoles

Moyens pédagogiques :

Exposés, présentation PPT et support de cours, pratiques adaptées, études de cas