



Formation initiale de

# Sophrologue

& Spécialisations

— Institut de Formation à la Sophrologie depuis 2003 —



# Bienvenue à l'Institut

---



Cher(e)s futur(e)s stagiaires,

Depuis de nombreuses années, je m'emploie à communiquer ma passion pour le métier de sophrologue et à accompagner celles et ceux qui souhaitent embrasser cette carrière résolument tournée vers l'Humain.

La pédagogie que nous dispensons chaque jour à l'Institut permet de former des professionnels, compétents et efficaces, capables d'accompagner toutes les demandes rencontrées dans l'exercice de leur profession.

Mon engagement de pédagogue est de vous offrir la meilleure des formations possibles pour devenir des Sophrologues en lien avec les réalités du métier.

Bien à vous,

**Catherine Aliotta**  
Directrice pédagogique

---

## Sommaire

Découvrir l'Institut .....	P5
La pédagogie de l'Institut .....	P7
Les références de l'Institut .....	P9
Profession Sophrologue.....	P11
Devenir Sophrologue, formation initiale RNCP.....	P13
Se spécialiser .....	P21
Bulletin d'inscription .....	P34



# Découvrir

## l'Institut

---

Fondé en 2003 par Catherine Aliotta, notre Institut est entièrement dédié à la formation professionnelle des sophrologues.

Historiquement implantées à Paris, nos formations sont également dispensées dans les grandes métropoles régionales : **Bordeaux, Lille, Lyon, Marseille, Nantes, Nice, Strasbourg et Toulouse.**

En effet, notre volonté est d'organiser nos sessions au plus près de nos stagiaires, afin qu'ils puissent réaliser leur reconversion professionnelle dans les meilleures conditions possibles et limiter leurs coûts de déplacement.

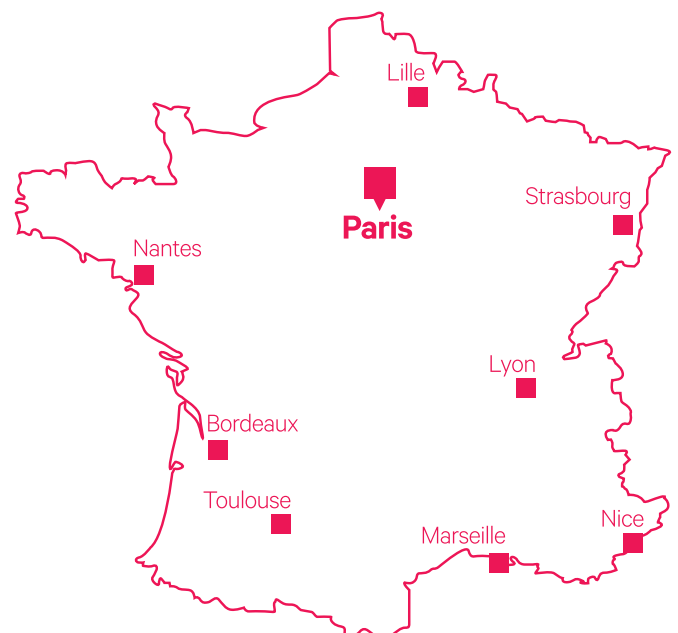
En province, nos annexes utilisent des lieux d'accueil (centre de congrès et de séminaires, hôtels) où nous missionnons les mêmes formateurs que ceux qui enseignent à Paris.

Ceci nous permet de garantir la même qualité de formation dans toute la France.

Notre siège social de Paris regroupe tous nos services : formation, **certification RNCP**, direction, administration, pédagogie et communication.

## Une implantation nationale ■

Pour être plus proche de nos stagiaires et faciliter leur reconversion professionnelle.



Catherine Aliotta



Manuel  
de Sophrologie

Fondements

# Se former à l'Institut

---

Toutes nos formations, Initiale et Spécialisations, sont conçues avec attention afin de répondre aux besoins de nos stagiaires et au contexte professionnel de leur future activité.

Nos programmes proposent un **équilibre** entre la théorie, riche et accessible, et la pratique professionnelle essentielle à l'apprentissage.

Les moyens et les supports pédagogiques sont soigneusement conçus pour permettre **l'acquisition des savoir-faire** nécessaires à l'exercice professionnel du métier de sophrologue.

Nos journées de formation sont organisées dans le respect du rythme d'apprentissage des adultes. Nous alternons les séquences pédagogiques afin de laisser du temps d'intégration et de compréhension (travaux pratiques, jeux de rôles, diaporamas en vidéo projection, pratiques encadrées, etc.).

Dès leur entrée en formation, nos stagiaires ont accès à notre plateforme internet où ils disposent de **supports audio et vidéo d'entraînement**, mais aussi de tests d'évaluation, d'une bibliographie et d'un forum interne pour échanger avec tous les stagiaires de l'Institut.

## Une pédagogie accessible ■

Pour garantir la transparence de notre enseignement, nous publions nos manuels de formation chez InterEditions.





**Catherine Aliotta**  
Directrice pédagogique



# Les références

## de l'Institut

---

Notre Institut est fondé sur des valeurs fortes comme l'éthique, la déontologie et la qualité. Nous sommes fiers que cet engagement soit reconnu :

- notre Institut est la première école de sophrologie à avoir obtenu l'inscription de sa **Certification Professionnelle au RNCP<sup>1</sup>** et la reconnaissance de son niveau de qualification<sup>2</sup> **par l'État** ;
- notre Institut est certifié conforme à la norme qualité de la formation professionnelle : **AFNOR NF 214** ;
- notre Institut est enregistré<sup>3</sup> auprès de la DIRECCTE<sup>4</sup> et référencé par tous les organismes financeurs de la formation professionnelle ;
- notre institut est référencé par tous les organismes de prise en charge via le **Datadock** ;
- nos formations sont éligibles au **CPF** (Compte Personnel de Formation).

Ces reconnaissances sont le résultat de notre expertise dans le domaine de la sophrologie mais aussi de la qualité de nos processus pédagogiques.

1. Répertoire National de la Certification Professionnelle.

2. Niveau III (France) et 5 (Europe).

3. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

4. Direction régionale des entreprises, de la concurrence, de la consommation, du travail et de l'emploi.

Une école  
**reconnue** ■

Pour garantir un enseignement de qualité à nos stagiaires.





# SOPHROLOGUE

## un métier d'avenir

---

- **9 Français sur 10** ont déjà entendu parler de la sophrologie\*.
- **53 %** des Français stressés sont prêts à pratiquer la sophrologie\*.
- **60 %** des Français sont stressés par leur travail (selon l'OMS).
- **12 millions de Français** déclarent mal dormir.
- **16 millions de Français** sont concernés par les acouphènes\*\*.
- **En 2016, 1 million** de recherches de sophrologue ont été enregistrées sur le site Pages jaunes\*\*\*.
- Entre 2013 et 2016, **une hausse de 234 %** de demandes pour les médecines alternatives\*\*\*.

\* source BVA /Chambre Syndicale de la Sophrologie 2016.

\*\* source IPSOS Crédit Agricole JNA 2014.

\*\*\* source Baromètre Pages jaunes.

## un thérapeute tourné vers l'humain

---

### ■ Pour améliorer le quotidien

Gestion des émotions, du stress, du sommeil, stimulation de la vitalité, de la concentration...

### ■ Pour préparer un événement

Accouchement, permis de conduire, examens scolaires et universitaires, entretien professionnel, compétition, préparation scénique...

### ■ Pour accompagner un traitement médical

Pathologies lourdes (cancer, sclérose en plaques, VIH...), acouphènes, maladies cutanées, rééducation, gestion de la douleur...

### ■ Pour accompagner un comportement pathologique

Gestion des troubles du comportement alimentaire (boulimie, anorexie), addictions (tabac, alcool, cyberdépendance...), phobie (transports, animaux, sang...).



# DEVENIR Sophrologue

Certification professionnelle enregistrée au RNCP

Cette formation initiale permet d'acquérir toutes les compétences professionnelles nécessaires pour exercer le métier de sophrologue en profession libérale ou au sein d'une structure professionnelle (entreprise, centre de soins, club sportif, maison de retraite, etc.).

## Sommaire

Caractéristiques de la formation .....	P14
Contenu de la formation .....	P16
Validation de la formation .....	P18

# L'initiale

## Les caractéristiques de la formation

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- acquérir les techniques de la relation d'aide ;
- maîtriser les techniques sophrologiques ;
- maîtriser les protocoles sophrologiques ;
- animer des séances individuelles ;
- animer des séances de groupe.

### PUBLIC ADMIS

Toute personne souhaitant devenir un professionnel de la relation d'aide et de l'accompagnement thérapeutique (pas de limite d'âge ou de diplôme requis).

### DURÉE ET RYTHME DE LA FORMATION

L'Institut propose plusieurs durées et rythmes de formation au choix afin que chaque stagiaire suive une formation adaptée à ses contraintes professionnelles ou familiales. De plus, comme toutes nos dates sont fermes et définitives, il est facile de s'organiser avant de s'inscrire (disponibilité, transport, etc.). Le programme de formation est identique pour toutes les durées proposées.



Toutes nos dates sont disponibles sur notre site internet.

- **6 mois** : Idéal pour les personnes en reconversion professionnelle ou souhaitant un rythme soutenu pour intégrer plus rapidement. La formation se déroule tous les quinze jours sur les journées suivantes au choix :

**Lundi et mardi** : un module de deux jours tous les quinze jours uniquement les lundis et mardis.

**Mercredi et jeudi** : un module de deux jours tous les quinze jours uniquement les mercredis et jeudis.

**Vendredi et samedi** : un module de deux jours tous les quinze jours uniquement les vendredis et samedis.

- **12 mois** : Idéal pour les personnes cumulant un emploi et la formation ou souhaitant un rythme léger pour une intégration plus confortable. La formation se déroule tous les mois sur les journées suivantes :

**Vendredi et samedi** : un module de deux jours tous les mois uniquement les vendredis et samedis.

- **24 mois** : Idéal pour les personnes cumulant un emploi et la formation et souhaitant suivre leur formation sur leur jour de congé hebdomadaire. La formation se déroule tous les mois sur une journée :

**Samedi** : un module d'une journée par mois uniquement les samedis.



Une formation  
■ **sur-mesure**

# L'initiale

## Le contenu de la formation

### PROGRAMME

#### Théorie de la sophrologie

---

L'histoire de la sophrologie.  
Les états de conscience.  
Les niveaux de vigilance.  
Les théories de la vivance phronique.  
Le schéma corporel.  
Le principe d'action positive.

Le principe de réalité objective.  
Le principe d'adaptabilité.  
Le Terpnos Logos.  
L'alliance sophronique.  
Les sophronisations (4 degrés).  
Les relaxations dynamiques (4 degrés).

#### Le métier de sophrologue

---

Le cadre juridique.  
Le cadre déontologique.  
Le cadre sophrologique.  
Les modes d'intervention.  
Les lieux d'intervention.  
Les champs d'intervention.  
Les activités du sophrologue.  
L'anamnèse.  
Le dialogue pré-sophronique.

Le dialogue post-sophronique.  
La séance individuelle.  
La séance de groupe.  
Les protocoles d'amélioration du quotidien.  
Les protocoles de préparation mentale.  
Les protocoles d'accompagnement d'un traitement médical.  
Les protocoles d'accompagnement d'un comportement pathologique.

#### Installation professionnelle

---

Démarches administratives.  
Démarches commerciales.

Gestion administrative et comptable.

### ORGANISATION

**304 heures** de formation réparties en :

- 192 heures de formation en présentiel, soit 24 jours ;
- 96 heures de pratique personnelle en distanciel ;
- 16 heures de mise en situation professionnelle en distanciel (stage).





Une formation  
■ **riche & complète**

# L'initiale

## La validation de la formation

### STAGE DE MISE EN SITUATION PROFESSIONNELLE

À la fin de la formation, le stagiaire réalise deux accompagnements sophrologiques de 8 heures minimum chacun avec deux personnes de son choix (hors famille et proches).

Une fois ces accompagnements terminés, le stagiaire rédige un rapport de stage sous la forme d'un court récit d'expérience professionnelle.

### ÉVALUATION DES COMPÉTENCES (examen final)

Après avoir fini son stage et rédigé son rapport, le stagiaire passe devant un jury composé de sophrologues afin de faire valider ses compétences professionnelles.

L'examen se déroule en quatre séquences :

- préparation d'un exercice de sophrologie tiré au sort (le stagiaire peut utiliser son manuel pendant cette préparation) ;
- animation de l'exercice préparé devant un juré-sophrologue ;
- soutenance du rapport de stage devant un deuxième juré-sophrologue ;
- jeu de rôles d'un entretien client avec un troisième juré-sophrologue.

Chaque juré évalue indépendamment la prestation du stagiaire qu'il a observé. Ensuite, les jurés délibèrent avec la direction de l'Institut et octroient le Titre RNCP au stagiaire ou l'invitent à se présenter une nouvelle fois à l'examen.

### DIPLÔME DÉLIVRÉ

Certification Professionnelle de Sophrologue, titre de niveau III (France) et 5 (Europe) enregistré au RNCP (titre également accessible en VAE, voir notre site internet).

### TARIF

**3590 €** : ce tarif comprend les frais d'inscription mais n'inclut pas l'hébergement, les repas, ni les deux manuels de formation (~55€).



304 heures



24 jours



20 participants



Certification professionnelle



Payable en plusieurs fois



3 590€



Une formation  
■ certifiante



# SE Spécialiser

Les formations de spécialisation permettent d'approfondir les connaissances et la pratique sophrologique dans des champs d'application spécifiques. D'une durée de 4 à 6 jours en fonction de la thématique abordée, elles peuvent être suivies dès la fin de la formation initiale avec ou sans l'obtention de la certification professionnelle RNCP.

## Sommaire

<b>Acouphènes</b> .....	<b>P22</b>
<b>Adolescence</b> .....	<b>P23</b>
<b>Cancer</b> .....	<b>P24</b>
<b>Enfance</b> .....	<b>P25</b>
<b>Entreprise</b> .....	<b>P26</b>
<b>Périnatalité</b> .....	<b>P27</b>
<b>Personnes âgées</b> .....	<b>P28</b>
<b>Sexualité</b> .....	<b>P29</b>
<b>Sommeil</b> .....	<b>P30</b>
<b>Sport</b> .....	<b>P31</b>

# Spécialisation Acouphènes

## OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de l'acouphène et des troubles associés.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à l'acouphène et aux troubles associés.  
Accompagner les troubles des personnes acouphéniques.

## PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
  - sophrologues certifiés par l'Institut ;
  - sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.
- Nota : aucune limite d'âge.*

## PROGRAMME

L'approche physiologique de l'acouphène.  
L'approche psychologique de l'acouphène.  
L'hyperacousie.  
Les troubles du positionnement (vertiges de Ménières).  
L'adaptation des techniques sophrologiques.  
Le travail en équipe pluridisciplinaire.  
L'accompagnement des troubles liés à l'acouphène.  
Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

## RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de  
spécialisation



Payable en  
plusieurs fois



690€

# Spécialisation Adolescence

## OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de l'adolescence.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à l'adolescence et aux troubles associés.

Accompagner les troubles de l'adolescence.

## PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
- sophrologues certifiés par l'Institut ;
- sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.

*Nota : aucune limite d'âge.*

## PROGRAMME

L'approche physiologique et psychologique de l'adolescent.

Les transformations corporelles.

La sociabilité et l'estime de soi.

Les comportements à risque.

Les troubles de la vitalité.

Les troubles de l'apprentissage.

La somatisation.

Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

## RYTHME

3 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



48 heures



6 jours



20 participants



Attestation de  
spécialisation



Payable en  
plusieurs fois



990€

# Spécialisation Cancer

## OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes du cancer et de ses traitements.

Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques au cancer et aux troubles associés.

Accompagner les troubles des personnes malades du cancer.

## PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
- sophrologues certifiés par l'Institut ;
- sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.

*Nota : aucune limite d'âge.*

## PROGRAMME

L'approche physiologique et psychologique du cancer.

Le diagnostic et ses conséquences.

L'accompagnement des traitements médicaux et des troubles associés.

Les troubles de l'après-cancer (rémission / retour au travail / récurrence).

L'accompagnement des enfants malades.

Le travail en équipe pluridisciplinaire.

Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

## RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de spécialisation



Payable en plusieurs fois



690€



# Spécialisation

## Enfance

### OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de l'enfance.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à l'enfance et aux troubles associés.  
Accompagner le développement de l'enfant.

### PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
  - sophrologues certifiés par l'Institut ;
  - sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.
- Nota : aucune limite d'âge.*

### PROGRAMME

L'approche psychologique et motrice de l'enfant et le schéma corporel.  
La séparation affective et l'adaptation au changement.  
L'accompagnement du traitement médical.  
La gestion des peurs.  
L'accompagnement à la sociabilité.  
Les troubles de l'apprentissage.  
L'adaptation des techniques sophrologiques.  
Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

### RYTHME

3 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



48 heures



6 jours



20 participants



Attestation de spécialisation



Payable en plusieurs fois



990€

# Spécialisation

## Entreprise

### OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de la performance et du bien-être au travail.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à l'entreprise.  
Accompagner les différentes demandes émanant de l'entreprise.

### PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
  - sophrologues certifiés par l'Institut ;
  - sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.
- Nota : aucune limite d'âge.*

### PROGRAMME

L'optimisation de la performance (récupération, concentration, créativité, prise de parole en public).  
Les demandes de management (développer le leadership, cohésion d'équipe, gestion des conflits).  
La prévention des risques psycho-sociaux et des troubles musculo-squelettiques.  
Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

### RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de  
spécialisation



Payable en  
plusieurs fois



690€

# Spécialisation Périnatalité

## OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de la grossesse.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à la périnatalité.  
Accompagner les grossesses pathologiques.  
Accompagner la procréation médicalement assistée (PMA).

## PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
  - sophrologues certifiés par l'Institut ;
  - sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.
- Nota : aucune limite d'âge.*

## PROGRAMME

L'approche physiologique et anatomique de la grossesse.  
L'investissement de la grossesse et la préparation à la naissance.  
Les maux de la grossesse et la gestion de la douleur.  
Les grossesses pathologiques et le post-partum.  
L'adaptation des techniques sophrologiques.  
Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

## RYTHME

3 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



48 heures



6 jours



20 participants



Attestation de spécialisation



Payable en plusieurs fois



990€

# Spécialisation

## Personnes âgées

### OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes du vieillissement.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à la personne âgée.  
Accompagner les troubles de la personne âgée.

### PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
  - sophrologues certifiés par l'Institut ;
  - sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.
- Nota : aucune limite d'âge.*

### PROGRAMME

L'approche physiologique et psychologique de la personne âgée.  
Les troubles du comportement (anxiété, irritabilité, déprime).  
Les troubles physiques (rhumatologiques ou neurologiques).  
Les troubles de l'attention (concentration et mémoire).  
Les troubles du sommeil.  
Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

### RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de spécialisation



Payable en plusieurs fois



690€

# Spécialisation Sexualité

## OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de la sexualité et des troubles associés.

Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à la sexualité.

Accompagner les troubles de la sexualité.

## PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
- sophrologues certifiés par l'Institut ;
- sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.

*Nota : aucune limite d'âge.*

## PROGRAMME

L'approche physiologique et psychologique de la sexualité.

Les caractéristiques de la sexualité féminine et masculine et les troubles associés.

L'accompagnement des troubles sexuels féminins et masculins.

Le travail en équipe pluridisciplinaire.

Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

## RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de  
spécialisation



Payable en  
plusieurs fois



690€

# Spécialisation

## Sommeil

### OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes du sommeil.  
Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques au sommeil.  
Accompagner les troubles du sommeil.

### PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
- sophrologues certifiés par l'Institut ;
- sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.

*Nota : aucune limite d'âge.*

### PROGRAMME

L'équilibre veille/sommeil.  
Les cycles du sommeil.  
Le sommeil selon les âges.  
Les outils d'évaluation du sommeil.  
Les insomnies et les parasomnies.  
Les troubles moteurs du sommeil.  
Les troubles du rythme circadien.  
L'adaptation des techniques sophrologiques.  
Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

### RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de spécialisation



Payable en plusieurs fois



690€

# Spécialisation

## Sport

### OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes de la préparation mentale.

Maîtriser les techniques sophrologiques spécifiques à la préparation mentale.

Accompagner la préparation mentale des sportifs (amateurs ou professionnels).

### PUBLIC ADMIS

- stagiaires en cours de certification ;
- sophrologues certifiés par l'Institut ;
- sophrologues ayant suivi leur formation initiale dans une autre école.

*Nota : aucune limite d'âge.*

### PROGRAMME

L'approche physiologique et psychologique du sportif (amateur ou professionnel).

L'entraînement et les troubles associés.

La gestion de l'épreuve et du résultat.

La récupération physique et les troubles associés.

Le travail en équipe pluridisciplinaire.

Le développement de l'activité professionnelle grâce à cette spécialisation.

### RYTHME

2 modules de 2 jours consécutifs de 9h30 à 17h30 (planning sur notre site).



32 heures



4 jours



20 participants



Attestation de spécialisation



Payable en plusieurs fois



690€

# Règlement intérieur

## Préambule

L'Institut de Formation à la Sophrologie (IFS) est un organisme de formation professionnelle indépendant domicilié au 52 rue René Boulanger, 75010 Paris. L'IFS est enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 11753909375 à la Préfecture de Paris. Le présent règlement intérieur a pour vocation de préciser certaines dispositions s'appliquant à tous les participants aux différents stages organisés par l'IFS, dans le but de permettre un fonctionnement régulier des formations proposées.

## Définitions

- l'Institut de Formation à la Sophrologie sera dénommé ci-après « IFS ».
- les personnes suivant le stage seront dénommées ci-après « stagiaires ».
- le directeur de la formation à l'IFS sera ci-après dénommé « la direction ».
- les représentants des stagiaires sont des stagiaires élus au sein de leur groupe (pour les formations supérieures à 500 h). Ils sont chargés de les représenter pendant la durée de leur formation. Ils peuvent assurer la défense de ces derniers, notamment en siégeant aux conseils de discipline. Ils seront ci-après désignés « les délégués ».

## Article 1 : Dispositions Générales

Conformément aux articles L.6352-3 et L.6352-4 et R.6352-1 à R.6352-15 du Code du Travail, le présent règlement intérieur a pour objet de définir les règles générales et permanentes et de préciser la réglementation en matière d'hygiène et de sécurité ainsi que les règles relatives à la discipline, notamment les sanctions applicables aux stagiaires et les droits de ceux-ci en cas de sanction.

## Article 2 : Personnes concernées

Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires inscrits à une session dispensée par l'IFS et ce, pour toute la durée de la formation suivie. Chaque stagiaire est considéré comme ayant accepté les termes du présent règlement lorsqu'il suit une formation dispensée par l'IFS et accepte que des mesures soient prises à son encontre en cas d'inobservation de ce dernier.

## Article 3 : Lieu de la formation

La formation aura lieu, soit dans les locaux de l'IFS, soit dans des locaux extérieurs. Les dispositions du présent règlement sont applicables non seulement au sein des locaux de l'IFS, mais également dans tout local ou espace accessible à l'organisme.

## Article 4 : Règles générales d'hygiène et de sécurité

Chaque stagiaire doit veiller à sa sécurité personnelle et à celle des autres en respectant les consignes générales et particulières de sécurité et d'hygiène en vigueur sur le lieu de formation. Toutefois, conformément à l'article R. 922-1 du Code du travail, lorsque la formation se déroule dans un établissement déjà doté d'un règlement intérieur en application de la section VI du chapitre II du titre II du livre Ier du présent code, les mesures de sécurité et d'hygiène applicables aux stagiaires sont celles de ce dernier règlement.

## Article 5 : Boissons alcoolisées

Il est interdit aux stagiaires de pénétrer ou de séjourner dans l'établissement en état d'ivresse ainsi que d'y introduire des boissons alcoolisées.

## Article 6 : Interdiction de fumer

En application du décret n° 92-478 du 29 mai 1992, il est interdit de fumer ou de vapoter dans les locaux de l'IFS.

## Article 7 : Lieux de restauration

Il est interdit, sauf autorisation de la direction, de prendre ses repas dans les locaux de l'IFS.

## Article 8 : Consignes d'incendie

Les consignes d'incendie et notamment un plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichées dans les locaux de formation de manière à être connues de tous les stagiaires.

## Article 9 : Accident

Tout accident ou incident survenu à l'IFS doit être immédiatement déclaré à la direction par le stagiaire accidenté ou les personnes témoins de l'accident. Conformément à l'article R. 962-1 du Code du Travail, l'accident survenu au stagiaire pendant qu'il se trouve sur le lieu de formation ou pendant qu'il s'y rend ou en revient, fait l'objet d'une déclaration par la direction auprès de la sécurité sociale.

## Article 10 : Tenue et comportement

Les stagiaires sont invités à se présenter à l'IFS en tenue décente et à avoir un comportement correct à l'égard de toute personne présente dans l'organisme. Toute propagande ou tout prosélytisme politique, religieux ou idéologique ainsi que toute activité commerciale sont interdits aux stagiaires dans l'enceinte de l'IFS.

## Article 11 : Horaires de stage

Les horaires de stage sont fixés par l'IFS et transmis aux stagiaires lors de la convocation aux premiers jours de stage. Les stagiaires sont tenus de respecter ces horaires. L'IFS se réserve, dans les limites imposées par les dispositions en vigueur, le droit de modifier les horaires de stage en fonction des nécessités de service. Les stagiaires doivent se conformer aux modifications apportées par l'IFS aux horaires d'organisation du stage. En cas d'absence ou de retard au stage, il est préférable pour le stagiaire

d'en avertir soit le formateur, soit la direction, soit le secrétariat de l'IFS. Par ailleurs, une fiche de présence doit obligatoirement être signée par le stagiaire.

## Article 12 : Accès au lieu de formation

Sauf autorisation expresse de l'IFS, les stagiaires ayant accès au lieu de formation pour suivre leur stage ne peuvent y entrer ou y demeurer à d'autres fins ou faciliter l'introduction de personnes étrangères à la formation (famille, amis, enfants, conjoint,...).

## Article 13 : Usage du matériel

L'utilisation du matériel de l'IFS tels que téléphone, photocopieur, fax... est interdite sans l'accord préalable de la direction. Chaque stagiaire a l'obligation de conserver en bon état le matériel qui lui est confié en vue de sa formation. Les stagiaires sont tenus d'utiliser le matériel conformément à son objet. A la fin du stage, le stagiaire est tenu de restituer tout matériel et document en sa possession appartenant à l'IFS, sauf les documents pédagogiques distribués en cours de formation.

## Article 14 : Enregistrements-téléphones

Il est formellement interdit d'enregistrer ou de filmer les sessions de formation ou de téléphoner dans les locaux de l'IFS.

## Article 15 : Documentation pédagogique

La documentation pédagogique remise lors des sessions de formation est protégée au titre des droits d'auteur et ne peut être réutilisée autrement que pour un strict usage personnel.

## Article 16 : Vol/détérioration des biens des stagiaires

L'IFS décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration des objets personnels de toute nature déposés par les stagiaires dans les locaux de l'IFS.

## Article 17 : Sanctions

Tout manquement du stagiaire à l'une des dispositions du présent règlement intérieur pourra faire l'objet d'une sanction. Constitue une sanction au sens de l'article R 922-3 du Code du travail toute mesure, autre que les observations verbales, prise par la direction, à la suite d'un agissement du stagiaire considéré par elle comme fautif, que cette mesure soit de nature à affecter immédiatement ou non la présence de l'intéressé dans le stage ou à mettre en cause la continuité de la formation qu'il reçoit. Selon la gravité du manquement constaté, la sanction pourra consister en un avertissement, un blâme ou une mesure d'exclusion définitive.

Les amendes ou autres sanctions pécuniaires sont interdites. La direction doit informer de la sanction prise aux personnes suivantes :

- l'employeur, lorsque le stagiaire est un salarié bénéficiant d'un stage dans le cadre du plan de formation en entreprise.
- l'employeur et l'organisme paritaire qui a pris à sa charge les dépenses de la formation, lorsque le stagiaire est un salarié bénéficiant d'un stage dans le cadre d'un congé de formation.
- le stagiaire, lorsqu'il finance lui-même sa formation.

## Article 18 : Procédure disciplinaire

Aucune sanction ne peut être infligée au stagiaire sans que celui-ci ait été informé au préalable des griefs retenus contre lui. Lorsque la direction envisage de prendre une sanction qui a une incidence, immédiate ou non, sur la présence d'un stagiaire dans une formation, il est procédé ainsi qu'il suit : la direction convoque le stagiaire en lui indiquant l'objet de cette convocation. Celle-ci précise la date, l'heure et le lieu de l'entretien. Elle est écrite et adressée par lettre recommandée ou remise à l'intéressé contre décharge.

- au cours de l'entretien, le stagiaire peut se faire assister par une personne de son choix : délégué, stagiaire ou salarié d'IFS. La convocation doit faire état de cette faculté.

- la direction indique le motif de la sanction envisagée et recueille les explications du stagiaire. Dans le cas où une exclusion définitive du stage est envisagée, une commission de discipline est constituée, où siègent les délégués. Elle est saisie par la direction après l'entretien susvisé et formule un avis sur la mesure d'exclusion envisagée.

- le stagiaire est avisé de cette saisine. Il est entendu sur sa demande par la commission de discipline. Il peut, dans ce cas, être assisté par une personne de son choix, stagiaire, délégué ou salarié d'IFS. La commission de discipline transmet son avis à la direction dans le délai d'un jour franc après sa réunion.

- la sanction ne peut intervenir moins d'un jour franc ni plus de quinze jours après l'entretien ou, le cas échéant, après la transmission de l'avis de la commission de discipline. Elle fait l'objet d'une décision écrite et motivée, notifiée au stagiaire sous la forme d'une lettre qui lui est remise contre décharge ou d'une lettre recommandée.

- lorsque l'agissement a donné lieu à une mesure conservatoire d'exclusion temporaire à effet immédiat, aucune sanction définitive, relative à cet agissement, ne peut être prise sans que le stagiaire ait été informé au préalable des griefs retenus contre lui et éventuellement que la procédure ci-dessus décrite ait été respectée.

## Article 19 : Publicité

Le présent règlement est remis à chaque stagiaire. Un exemplaire du présent règlement est disponible dans les locaux de l'IFS et sur son site Internet.

Version du 12 mars 2015.



# Conditions générales de vente

## 1. DEMANDE D'INSCRIPTION

Une demande d'inscription à une formation peut être formulée par écrit à l'aide du bulletin d'inscription ci-après, par téléphone ou par internet depuis notre site par le futur stagiaire y compris dans le cas de prise en charge par un employeur ou un OPCA.

## 2. CONFIRMATION D'INSCRIPTION

Dès réception de la demande d'inscription, un contrat de formation (ou une convention pour une entreprise) accompagné du programme de la formation, de l'échéancier de règlement, des conditions d'annulation, de l'autorisation de prélèvement de l'école est adressé au futur stagiaire. L'inscription est validée lorsque l'IFS reçoit le contrat de formation, le programme de formation et l'autorisation de prélèvement signés par le stagiaire. L'inscription devient définitive lorsque les 14 jours de rétractation suivants la date de signature du contrat sont écoulés. Au-delà de ce délai, l'IFS se réserve le droit d'inscrire le stagiaire sur une autre session. Pour les prises en charge des OPCA ou entreprises, l'inscription est réputée définitive lorsque l'accord de prise en charge est reçu par l'IFS.

## 3. CONVOCATION ET ATTESTATION DE SUIVI DE FORMATION

Trente jours avant le début de la formation, une convocation précisant la date, le lieu et les horaires de la formation, est adressée au stagiaire par mail ou par courrier postal. A l'issue de la formation, une attestation de suivi de formation est adressée au stagiaire par mail ou par courrier postal.

## 4. ANNULATION

Toute demande d'annulation d'une inscription à l'initiative du responsable de l'inscription doit être notifiée par écrit à l'IFS. Sauf cas de force majeure dûment reconnu par l'IFS, toute annulation d'inscription effectuée après la période de rétractation prévue contractuellement ou en cas d'absence du participant inscrit, l'IFS facturera un dédit pouvant aller jusqu'à 100 % du prix de la formation. Dans le cas d'une prise en charge OPCA, ce montant est non imputable sur le budget formation de l'entreprise inscrite. Toute formation commencée est due en totalité sauf disposition contraire au contrat. Par ailleurs, l'IFS se réserve le droit d'ajourner une session, au plus tard quinze jours calendaires avant le début de celle-ci, si le nombre de participants prévu est jugé pédagogiquement insuffisant. Dans ce cas, l'IFS s'engage à prévenir immédiatement chaque participant, par écrit, et à lui proposer une inscription prioritaire sur la prochaine session de la formation concernée.

## 5. TARIFS - PAIEMENT

L'IFS n'étant pas assujéti à la TVA, les prix des formations sont indiqués en Euro TTC et ne comprennent pas les frais de restauration, d'hébergement et les manuels de formation. Sauf modalités contraires, les factures émises par l'IFS sont payables comptant et sans escompte, au plus tard à la date d'échéance figurant sur celles-ci, par chèque ou virement. A défaut, des pénalités de retard à un taux annuel égal à trois fois le taux de l'intérêt légal seront facturées. Ces pénalités de retard sont exigibles le jour suivant la date de règlement figurant sur la facture. En cas de non règlement des factures à l'échéance convenue, le client devra rembourser tous les frais occasionnés par le recouvrement contentieux des sommes dues. Toute facture recouvrée par service contentieux sera majorée à titre de clause pénale non réductible au sens de l'article 1229 du Code civil, d'une indemnité fixée forfaitairement à 20 % du montant des factures impayées et ce, sans préjudice des dommages et intérêts qui pourraient lui être dus. En cas de prise en charge du paiement d'une facture par un organisme payeur extérieur, il appartient au responsable de l'inscription, de communiquer à cet organisme tous les éléments qui lui sont indispensables pour assurer le paiement. Si celui-ci n'était pas effectué, l'IFS serait fondé à réclamer le montant de ce paiement à l'entreprise ou la personne inscrite, solidairement débitrice à son égard et le montant des pénalités pour retard de paiement.

## 6. ELECTION DE DOMICILE

Pour l'exécution du Contrat, les parties conviennent de faire élection de domicile au siège de l'IFS, à Paris 10 ème, 52 rue René Boulanger.

## 7. MEDIATION

Conformément aux dispositions des articles L 611-1 et R 612-1 et suivants du Code de la Consommation concernant le règlement amiable des litiges, lorsque le consommateur a adressé une réclamation écrite au professionnel et qu'il n'a pas obtenu satisfaction ou de réponse dans un délai de deux mois, il peut soumettre gratuitement sa réclamation au médiateur de la consommation. Le médiateur doit être saisi dans le délai maximal d'un an à compter de la réclamation initiale. Le médiateur est MEDIATION-NET. Il peut être saisi directement en ligne à l'adresse suivante : [www.mediation-net-consommation.com](http://www.mediation-net-consommation.com) - ou par courrier MEDIATION-NET - 34, rue des Épinettes - 75017 PARIS.

## 8. COMPÉTENCE - CONTESTATION

Sera seul compétent en cas de litige de toute nature ou de contestation relative à la formation ou l'exécution de la commande, le Tribunal de Commerce de Paris ou son Président en matière de référé à moins que l'IFS ne préfère saisir toute autre juridiction compétente. Le Client accepte cette attribution de juridiction sans aucune restriction, ni réserve.



# Bulletin d'inscription

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone : ..... Portable : .....

Email : .....

**Formation initiale pour devenir sophrologue**

Indiquer la ville et le nom de la session : .....

**Spécialisation**

Indiquer le nom de chaque spécialisation choisie : .....

.....

**MODALITÉS DE PAIEMENT :**

**À l'inscription :** un acompte de 30 % est prélevé en une fois.

Exemple : si l'on s'inscrit 3 mois à l'avance, nous prélevons l'acompte de 30 % en une fois (1077 €) pour une formation de 3590 €.

**Durant la formation :** le solde de la formation de 70 % est prélevé sur toute la durée de la formation.

Exemple : si la formation dure 12 mois, nous prélevons 12 mensualités de 209,42 € pour un solde de 2513 €.

**PROCÉDURE D'INSCRIPTION :** à la réception du bulletin d'inscription et des pièces demandées, nos services éditent et expédient le contrat de formation comprenant l'échéancier de règlement, les conditions d'annulation et l'autorisation de prélèvement.

**CONDITIONS D'INSCRIPTION :** l'inscription est validée par l'Institut à la réception, par mail ou courrier, du contrat de formation et de l'autorisation de prélèvement signés par le stagiaire.

**CONFIRMATION DE L'INSCRIPTION :** l'inscription est confirmée et définitive lorsque les 14 jours de rétractation, après la date de signature du contrat de formation, sont écoulés. Aucune somme n'est encaissée avant la fin de ce délai de rétractation.

Fait à : ..... Le : ..... Signature :

**À envoyer à : IFS - Aliotta formations, 52 rue René Boulanger 75010 Paris**

# S'inscrire

## SI VOUS FINANCEZ VOUS-MÊME VOTRE FORMATION, VOUS POUVEZ VOUS INSCRIRE AU CHOIX :

- par téléphone au 01.43.38.43.90 ;
- en ligne sur notre site internet, rubrique "Inscription";
- par courrier, en renvoyant le bulletin d'inscription ci-contre.

## SI VOUS DEMANDEZ UNE PRISE EN CHARGE :

1. Demandez un dossier de prise en charge auprès de votre employeur ou de l'organisme financeur.
2. Remplissez votre partie du dossier.
3. Editez un devis et notre partie du dossier sur notre site, rubrique "Devis et prise en charge".
4. Déposez le dossier auprès de votre employeur ou de l'organisme financeur.
5. Dès réception de l'accord écrit de la prise en charge, envoyez l'accord à l'Institut.
6. Dès réception, vous recevrez votre contrat de formation par mail.

**NOTRE CONSEIL :** Si vous avez décidé de financer vous-même votre formation quoi qu'il arrive, n'attendez pas d'avoir la réponse de votre financeur. Inscrivez-vous immédiatement en financement personnel et déposez votre demande en parallèle. Si vous l'obtenez, nous vous rembourserons l'équivalent de la prise en charge.



“Faîtes le choix d'un métier  
tourné vers l'Humain”

Catherine Aliotta



## Institut de Formation à la Sophrologie

52 rue René Boulanger - 75010 Paris  
info@sophrologie-formation.fr

**01 43 38 43 90**

**[www.sophrologie-formation.fr](http://www.sophrologie-formation.fr)**

Lille - Strasbourg - Lyon - Nice - Marseille - Toulouse - Bordeaux - Nantes