



Action de formation et programme

Sophrologie, sciences, énergie et intégration dynamique de l'être

Contexte :

Nous vivons et baignons dans un monde à la fois visible et invisible. Tout est énergie et vibrations. La plupart du temps, nous n'en avons pas conscience et nous sommes soumis à ce monde invisible, parfois en le subissant, sans nous en rendre compte et sans pouvoir agir pour notre bien-être. Nous développons alors des pathologies, des relations toxiques et vivons des schémas répétitifs sans savoir comment nous sortir de cela.

Objectif d'évolution :

Prendre conscience de cet invisible, l'utiliser à bon escient, se mettre à son service, plutôt que de le subir, nous permettra de prendre soin de notre santé, d'augmenter notre vitalité, d'équilibrer nos émotions et de prévenir les déséquilibres dans notre corps.

Prérequis à la formation : activation énergétique.

Grâce à cette activation, nous devenons autonomes. Nous sommes en capacité de nous faire des autosoins, des soins à autrui et de découvrir ce qui nous compose, nous en tant qu'être humain, ce qui compose l'univers et de vivre en harmonie, alignés à la loi de résonance : Univers – Nature – ADN humain (du macrocosme au microcosme).

TAUX DE SATISFACTION :

1 première prestation en avril 2025 avec 3 participantes :



Qualité de l'accueil : 100%

Organisation de la formation : 100%

Qualité du programme et du contenu : 100%

Efficacité de l'information : 100%

Atteinte des objectifs pédagogiques : 100%

Taux de satisfaction globale : 100%

CE QU'ELLES EN ONT PENSE :

Formation d'une très grande qualité. Les connaissances apportées sont structurées, pertinentes et améliorent la compréhension des exercices pratiquées. La formation est allée au-delà de mes attentes et espérances.

Catherine et Lucie ont su animer avec douceur et pédagogie mais surtout elles ont fait vibrer cet enseignement. Je suis sortie transformée de cet apprentissage.

Je remercie infiniment Catherine et Lucie pour tout ce qu'elles m'ont fait vivre et tout ce qu'elles m'ont enseigné. Je suis repartie avec un trésor inestimable.

Je ne peux que recommander vivement cette formation

Je suis très reconnaissante aux formatrices d'avoir su dispenser une formation de si haut niveau en un apprentissage fluide et clair. C'est une magnifique formation sur l'humain en lien avec la sophrologie. J'ai adoré ces quatre jours de connaissances, de connexions, de partages interactifs qui m'ont apportés un indispensable contenu de vie. Merci à vous 2 et au groupe magnifique. Je recommanderai vivement cette formation autour de moi.

Formation exceptionnelle, de très haute qualité. C'est une véritable pépite !
Lucie et Catherine ont fait un travail de recherche très approfondi, jusqu'alors inexploré.
Les mots ne sont pas suffisants pour exprimer toute ma gratitude...
Je suis honorée d'avoir vécu cette expérience, d'avoir eu accès à ces connaissances pour comprendre la quintessence de l'enseignement et de la pratique de Caycedo au travers des 4 degrés de la relaxation dynamique vers l'intégration dynamique de l'être. Tant de liens entre la sophrologie, la science (avec la compréhension du travail de Tesla sur les ondes, les principes universels...) et l'énergétique.
Tout est énergie, résonance, vibrations...
Tout ce qui est en haut est comme tout ce qui est en bas, tout ce qui est à l'intérieur est à l'extérieur...
Lorsqu'on prend conscience de tout cela, on se rend compte que la respiration est un phénomène juste merveilleux !
La respiration consciente est un véritable processus alchimique qui nous permet d'entrer en résonance et d'harmoniser notre corps et notre énergie.
Mais je n'aborde là qu'une infime partie, cette formation est bien plus riche encore.
Je vous invite à venir la découvrir !

Objectif de formation :

- Comprendre les principes de l'Univers et comment l'être humain interagit avec ce qui l'entoure ;
- Partager des ressources et des pratiques permettant de vivre en osmose avec soi et son environnement ;
- Faire des autosoins, proposer des soins à autrui en présentiel et à distance en comprenant ce que l'on fait ;
- Expérimenter d'autres pratiques pour soi et son environnement.

Cibles de cette formation :

- Toute personne désireuse d'acquérir des connaissances sur la sophrologie et/ou de se former aux soins énergétiques ;
- Sophrologues déjà formés ou en cours de formation qui souhaitent aborder la Relaxation Dynamique sous un autre angle et/ou intégrer les aspects énergétiques pour se former aux soins.

Durée de cette formation et modalités :

- 4 jours soit 28 heures sur 2 week-ends de 2 jours

Intervenantes :

Catherine Betzinger :

- sophrologue libérale ;
- praticienne en soins énergétiques.

Lucie Tedone :

- formatrice ;
- sophrologue libérale et praticienne en relation d'aide ;
- praticienne en soins énergétiques.

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Approfondir et comprendre l'intégration dynamique de l'être au travers des 3 premiers degrés de relaxation dynamique et du travail d'Alfonso Caycedo ;
- Faire des liens avec les neurosciences ;
- Découvrir le travail de N. Tesla, les différents types d'ondes ;
- De comprendre ce que signifie $E=MC^2$ ou « Tout est énergie » ;
- Introduire les principes géométriques de l'univers : le spin (ou mouvement spiralé) ; les mathématiques avec le nombre d'or et les chiffres (base décimale et duodécimale), la géométrie sacrée et son langage symbolique, l'holofractographie, l'hologonomie, et la fréquence/verbe/vibration ;
- Comprendre le travail d'intégration lors de la pratique d'activation en soi ;
- Comprendre le principe de résonance : lien entre Univers-Nature-ADN humain ;
- Intégrer la déontologie du praticien énergétique et les précautions préalables à prendre pour pratiquer ;
- Comprendre profondément l'intégration dynamique de l'Être : ce qui est à l'extérieur est à l'intérieur – Ce qui est en haut est comme ce qui est en bas. Faire des liens entre le travail de Caycedo et les principes géométriques de l'univers en résonance avec notre ADN ;
- S'entraîner aux autosoins, aux soins sur autrui, aux soins à l'environnement en comprenant ce que l'on fait.

Programme :

1 SOPHROLOGIE : PRESENTATION DU TRAVAIL D'ALFONSO CAYCEDO

1.1 Alfonso Caycedo

1.2 La sophrologie : une science

1.3 La sophrologie : avant tout, une science de la conscience

1.4 La sophrologie et les neurosciences

1.5 Les 3 premiers degrés de Relaxation Dynamique

1.6 Le 4e Degré : Valeurs fondamentales de l'Être

1.7 L'intégration dynamique de l'Être

- 2 TOUT EST ENERGIE : $E=MC^2$
 - 2.1 Signification
 - 2.2 Des exemples pour comprendre
- 3 ENERGIES ET ONDES : PRESENTATION DU TRAVAIL DE NIKOLA TESLA
 - 3.1 Nikola Tesla
 - 3.2 Ses travaux et recherches sur les ondes
 - 3.3 Notions de base
- 4 LA LOI DE RESONANCE DANS LA REPETITION TERNAIRE : UNIVERS –NATURE– ADN HUMAIN
 - 4.1 La loi de résonance
 - 4.2 Lien entre phénomène de résonance et OS
 - 4.3 La résonance ternaire et principe alchimique
- 5 PRESENTATION DES PRINCIPES UNIVERSELS
 - 5.1 Le spin et mouvement spiralé
 - 5.2 Le principe mathématique
 - 5.3 Les principes tachyonique et géométrique
 - 5.4 L’holofractographie et l’hologigonie
 - 5.5 La vibration par le son (le Verbe)
- 6 SIGNIFICATION PROFONDE DE L’ACTIVATION AUX AUTOSOINS
 - 6.1 La lemniscate
 - 6.2 L’étoile de David
 - 6.3 Le sceau de Salomon
 - 6.4 Les lettres hébraïques
 - 6.5 La SHEKINAH ou le SHIN à 4 dents
 - 6.6 La carte du Monde
- 7 DEONTOLOGIE, POSITIONNEMENT DU PRATICIEN EN ENERGETIQUE
 - 7.1 Déontologie et positionnement
 - 7.2 Protection
 - 7.3 Pratiquer et manifester

8 LES 5 SYSTEMES D'ALFONSO CAYCEDO : DES POINTS D'INTERACTION

8.1 Identification et description

8.2 Liens avec les chakras

8.3 Les chakras

8.4 Tout ce qui est à l'intérieur est à l'extérieur : les différents règnes

8.5 Sens spirituel du nettoyage – La mixture

9 PRATIQUES PAR LES PARTICIPANTS

9.1 Autosoins collectifs

9.2 Soins sur autrui en présentiel

9.3 Soins sur autrui à distance

9.4 Soin de l'environnement

Certification :

Pour obtenir la certification :

Pratiquer 3 soins à environ 3 semaines d'intervalle sur 1 personne en présentiel et 1 personne à distance : il sera nécessaire de faire un suivi documenté grâce à la fiche d'anamnèse proposée pendant la formation.

Une 3ème approche est à intégrer à ce compte-rendu : un point sur votre propre évolution depuis que vous avez eu l'activation pour les autosoins.

Objectif :

Prendre conscience de tous les changements que peuvent amener ces soins sur tous les plans de l'existence : physique, émotionnel, intellectuel, relationnel, environnemental et spirituel.

Tarif, dates, lieu :

- 4 jours : 750€
- Activation préalable* : 333€

TOTAL PRIS EN CHARGE INDIVIDUELLE

- Total 4 jours : 750€

TOTAL PRIS EN CHARGE EMPLOYEUR :OPCO

- Total 4 jours : 850€

Les 15 et 16 novembre 2025 ; les 13 et 14 décembre 2025 à Gamsheim.

*Cette activation se fait en individuel et en présentiel sur rendez-vous : 2 séances de 2h à 24h d'intervalle et ceci, avant la formation.