



Isthme –Formations

3 ruelle du Four

95650 MONTGEROULT – France

ISTHME INFO

n° 4 – Janvier 2009

Profession RELAXOLOGUE ...

En 2009, la **Relaxation Evolutive** fête joyeusement ses **26 ans**. Au delà du quart de siècle de transmission de pratiques et d'un savoir faire au service de l'être et du mieux être ... à raison de 2 promotions minimum par an cela représente plus de **60 formations de Relaxologues** à ce jour ...

L'évolution suit son cours ... et l'expression de soi continue de prendre son envol ...

L'expression merveilleuse et humaine de l'être, dans l'idée d'une réelle « Relaxation de l'Expression » personnelle, se manifeste à présent dans les formations à l'aide de collages, dessins créatifs, mandalas, expression corporelle, et autres médias créateurs ...

Une évolution de l'équipe et des intervenants est toujours présente, et l'équipe s'agrandit, de nouveaux formateurs dans le cycle Relaxologues, une équipe dans la formation Massage Evolutif en semaine,

Thérèse Lamartine prend sa retraite... Un Grand Merci à toi Thérèse pour tous ces beaux partages du Monde de la relaxation selon la Sophrologie

32 écoles travaillent à définir les bases d'un tronc commun de formation en Sophrologie plurielle, 19 écoles sont regroupées à la FIR autour des critères du **Certificat International de Relaxologie**...

Nous sommes aussi à la recherche d'un **nouveau Logo**... votre créativité est la bienvenue...

Sur un plan planétaire, 2009 est une année de vibration symbolique " 2 ", une année **Yin** ... et « 11 », **Yang** , en même temps... Une année dont des thèmes majeurs sont l'**accueil** et le **lâcher** ...

En vous souhaitant une année 2009 emplie de doux enchantements et de magie relaxante ...

Jean Marie

" Le XXème siècle

a vu apparaître deux nouveaux groupes d'explorateurs

Les Astronautes

qui mettent l'être humain au Cœur de l'espace

Les Relaxologues et les Relaxonautes

qui mettent de l'espace au Cœur de l'être humain.... "

"de l'enracinement à la conscience de soi

de la découverte intérieure à l'expérience transpersonnelle....

.... Le XXIème siècle annonce une formidable expansion

de nos pratiques et des qualités humaines de l'être...."

ISTHME INFO : Le SITE...

la suite.....

Trois ans et quelques mois d'existence pour le site de Isthme et plus de **3100 visites** en moyenne par mois en 2008 : www.isthme-formations.com

Les nouvelles de l'année :

- ✓ **Installation professionnelle** : Quelques nouvelles informations à votre disposition...
- ✓ **Profession Relaxologue** : réponses aux questions les plus fréquemment posées
- ✓ **Page des Liens et Ressources Internet** : La **Zen Radio** en ligne pour écouter de la musique Relax sur votre station de travail informatique **Deezer** pour vous créer une **Relax Playlist** sur votre Ordi, et des liens pour **télécharger des Relax** et **des Méditations** + vous trouverez une **excellente liste de Vidéos à voir en ligne** : « A chacun sa réalité ? » - « Les émotions » - « Jung » - « Les Chakras » - « Emile Coué » - « What the Bleep Do We Know ? » - « Mémoire et Créativité », et etc. ...
- ✓ De **nouveaux liens** vers les **sites** et **blogs** créés par vous... les Relaxologues....
- ✓ **Bibliographie** pour Relaxologues et Relaxothérapeutes (sera remise à jour courant 2009...)
- ✓ Page sur la **Titularisation des Relaxologues** à Isthme
- ✓ et un **Annuaire des Relaxologues titulaires du Certificat International de Relaxologie**
- ✓ Liste mise à jour des Mémoires disponibles dans les locaux de l'école
- ✓ De **nouvelles photos** sur la page « L'école »
- ✓ Le **Mini catalogue Relax** du Souffle d'Or à télécharger.... et Etc. ...

Les projets en cours : Le site va continuer d'évoluer et de grandir

- ✓ **Champs d'application des pratiques de Relaxation Evolutive** : des pages pour partager vos expériences... toujours en cours de création ... envoyez nous vos textes.....
- ✓ De nouvelles pages sur le Centre de Relaxation Evolutive et de Psychothérapie transpersonnelle
- ✓ ...

*Un grand Merci à **Guy Lacroix** pour sa précieuse aide dans la maintenance de notre site.*

« Cultiver la douceur »

Le CD de Relaxation Evolutive de **Brigitte CHAVAS** et **Béatrice LATEUR** au **Souffle d'Or** ... et d'autres Cd de relaxations devraient compléter cette collection **en 2009...**

Validation et Titularisation suite à votre formation :

Vous n'avez pas encore réalisé votre Mémoire de fin de formation de **Relaxologue** ou de **Relaxothérapeute** (en Psycho et Somatothérapie) et obtenu votre Diplôme, il est largement toujours temps de nous le faire parvenir... et avec grand plaisir de vous lire ...

De nouveaux documents de consignes de rédaction des mémoires Relaxologue & Relaxothérapeute sont disponibles sur demande.

DVD et CD récemment parus :

YOGA-NIDRA : 3 CD de 5 Yoga Nidra par Estrella Pellin (Eveil des forces de guérison, Moment d'abondance,...)

YOGA-NIDRA : 8 CD de séances de Yoga Nidra par l'association Sankara

The Secret : Film sur la « **Loi d'attraction** » en DVD, (sur la pensée créatrice...)

Sport et Sophrologie : « La victoire du mental » avec médecins et professionnels – Ed EPSIMAGE (DVD)

Se Libérer du Stress, se Préparer au Sommeil : Sophrologie de Luc Audouin – Ed Screen Services (DVD)

Les Guérisseurs, la foi, la science ! : avec Thierry Janssen de Jean-Yves Bilien - Ed BigBangBoum films (DVD)

Le Mystère qui est en nous – De nouvelles techniques pour lutter contre le stress, le cancer et les maladies cardiaques – Bien-être et Médecines douces - Ed French Connection films (DVD)

Que Sait-on Vraiment de la réalité !? – Science et Spiritualité (Superbe !) Ed Medula film (DVD) maintenant en Version Française ainsi que la suite : **Dans le Terrier du Lapin** – Jusqu'où oseras-tu aller cette fois ?...



Infos Titularisations RELAXOLOGUES : Les derniers Mémoires Relaxologues reçus et acceptés par le Jury :

Véronique PELLETIER (promotion 2003/2004) : Praticien en Relaxation Evolutive Super..... !

Sandrine FELTRIN (promotion 2004/2005) : Relaxation Evolutive et Expressive

Chantal RABILLIER (promotion 2004/2005) : La Relaxation Evolutive dans la lutte contre la maladie

Dominique ROISIN LECHAUVE (promotion 2004/2005) : Un chemin sans fin...

Florence LEGENTIL (promotion 2003/2004) : Graine de Relax - La Relaxation : Une compétence utilisable dans tous les milieux, au service du développement de la personne

Eve ROSEC (promotion 2002/2003) : Document d'intégration du cycle de praticien en Relaxation Evolutive et Expressive

Claude PARISOT (promotion 2003/2004) : La Relaxation Evolutive dans le milieu de l'Education

Nadège LOSSON (promotion 2002/2004) : Mémoire de pratique pour la validation de la formation en Relaxation Évolutive

Le **Certificat International de Relaxologie (CIR)** a été décerné en 2008 à :

Hervelyne ATHE, Agnès AUCLAIR, Estelle BAYET, Nathalie BEGE, Deborah BACON, Sandrine FELTRIN, Marie-Paule FRONVAL, Marie-José GODART, Olivier HIBON, Alain PAQUET, Ingrid PERROT, Christine BIEDERMANN, Florence LEGENTIL, Catherine DECAMPS, Florence SUATON, Claude PARISOT, Marie-Reine GONIDEC, Nadège LOSSON, Anne LEMERDY, ...

Info créativité Relaxologues :

Isabelle AUGAGNEUR (promotion RW3) diffuse toujours son superbe **jeu de 62 Cartes de Pensées Positives** : Les « **Cartes... Je Suis...** »,

PSYCHOPATHOLOGIE

Formation pour tous les professionnels du Bien-être, du Développement personnel, du Massage Bien-Etre, de la Relaxation, de la Sophrologie, de la Somatothérapie et de la Psychothérapie ...

Cursus de 12 jours

Animé par **Sabine Martin**

* **OCTOBRE 2009** *

Programme sur demande et sur le site

« Pathologies, Ethique & Déontologie »

*Vous avez créé un Site,
une page Web ou un blog
sur votre activité de
Relaxologue.....*

*Créons un lien, avec grand plaisir...,
reliions nous et restons reliés ...*

*" Envoyez nous votre adresse de
page ou de site. "*

Spécialisation SOPHROLOGIE

Certification de Sophrologue

Spécialisation pour Relaxologues souhaitant intégrer les outils de la sophrologie à leur pratique – « Formation intensive »

- 1 promo par an

Animé par **Jean-Marie Jobelin**

Cursus complémentaire de **14 jours** – Programme sur demande et sur le site

Prochaines dates disponibles sous peu

SPECIALISATION RELAXATION pour ENFANTS et ADOS

Une spécialisation pour Relaxologue : le suivi individuel et l'animation de Relaxation pour Enfants et Ados est co-organisée dans notre région par "Au Cœur du Monde" & "Isthme Formations". Quatre formatrices spécialisées pour ce cursus : Béatrice Lateur, Anne Bordage, Thérèse Lamartinie et Sylvie Joly

Renouvellement de la documentation de la formation de Relaxologue

Nous créons toujours la série des **19 documents** sous forme de fascicules pour accompagner l'intégration de la formation des Relaxologues tout au long des deux années : contenus pédagogiques, théories et exercices pratiques.

Les 5 premiers fascicules, totalisant chacun de 60 à 100 pages par tome, sont à présent disponibles...

Le **6^{ème}** est en cours de rédaction.... petit à petit se fait le chemin...

Quelques Informations : dont le Nouveau Statut Professionnel : « **AUTO-ENTREPRENEUR** »

La Loi du 4 août 2008 instaure le statut d'auto-entrepreneur en vigueur depuis le 1er janv. 2009. Ce statut extrêmement simplifié s'apparente à la « micro-entreprise » et concerne notamment les professionnels qui réalisent moins de 32 000 euros par an de chiffre d'affaires. Il est ainsi possible d'être dispensé de la TVA, de la taxe professionnelle et de payer des impôts réduits, et uniquement sur l'activité réelle du mois !! Voir pour cela sur notre page « Installation Professionnelle » ...

Psychothérapeutes : Le débat sur l'utilisation du titre de Psychothérapeute suit toujours son cours Le décret d'application du texte de loi de 2004 serait sur le point de sortir.

Relaxologues & Relaxothérapeutes : **La Relaxation**, nous le savons, **est une « thérapie »**, mais la relaxation est aussi une "**pratique de Mieux Etre**", de connaissance de soi, un véritable espace de **Développement Personnel** et d'**expansion Transpersonnelle**. Psychothérapeutes, Somatothérapeutes, praticiens de Relation d'aide, de Bien-être, de développement personnel ou de l'accompagnement, Coachs de Vie, ... Incarnons notre place, affirmons notre identité et notre « rôle propre » de **Relaxologue**.

A un niveau Européen, les Relaxologues, les Sophrologues, les Coachs de Vie, les praticiens de bien-être ... vont petit à petit être pris en compte comme des praticiens du Développement Personnel... de part la réalité socioprofessionnelle de nos métiers, emplois et activités libérales ou associatives...

Avec plaisir aussi de vous informer que les Pages Jaunes (& l'annuaire Web) ont ouvert en 2008 une rubrique « Sophrologue ».

Vous avez un peu de temps libre et envie de participer à notre travail de synthèse de pratiques dans un esprit de recherche et de partage ... nous mettons à dispo livre, cd, dvd,... en vue de mettre à jour notre documentation existante... contactez Jean-Marie.

Vous souhaitez recevoir de nos nouvelles régulièrement
Envoyez nous juste un email en le précisant...

Avec plaisir de vous associer à la liste
lors de nos envois...

Les NOUVELLES FORMATIONS

Prochains cycles :

- ✓ **RELAXOLOGUE** en RELAXATION EVOLUTIVE et EXPRESSIVE : **Mars 2009** (1 formation en Week-end)
« 3 groupes de formations cette année ...» & **Avril 2009** (2 formations en Semaine)
Puis en **Avril 2010** (en Week-end) & **Avril 2010** (en Semaine)
- ✓ CERTIFICATION de **Praticiens en SOPHROLOGIE EVOLUTIVE** et Créative : **rentrée scolaire 2009**
- ✓ PRATICIEN en **MASSAGE EVOLUTIF** : en week-end **Novembre 2009** et en semaine **Janvier 2010**
- ✓ SPECIALISATION en **RELAXATION** pour **ENFANTS** et **ADOLESCENTS** : **Octobre 2009**
- ✓ **RELAXOTHERAPEUTE / PSYCHOSOMATOTHERAPIE (PST6)** : 6^{ème} promotion : **Novembre 2010**
- ✓ **PSYCHOPATHOLOGIE (PSY3)** : 3^{ème} promotion : **OCTOBRE 2009**

Liens PARTENAIRES & AMIS : (Liens actifs directement sur [notre page des liens](#))

- ◇ **Le Souffle d'Or** : CD de Relaxation, Livres, Jeux ... www.souffledor.fr
- ◇ **Musirelax** : Vous y trouverez notamment **un annuaire de Relaxologues**, où il vous est possible de vous inscrire pour un coût modique : www.musirelax.com
- ◇ **Relax à l'école** : Infos sur la relaxation à l'école : www.ecole-et-relaxation.com
- ◇ **Le GRETT** : Groupe de Recherches et d'Etudes en Thérapies Transpersonnelles
- ◇ **L'IRETT** : Institut de Recherches et d'Etudes en Thérapies Transpersonnelles www.grett.org et www.irett.net
- ◇ **La Fédération Internationale de Relaxologie** : Le regroupement de 19 Ecoles de formation en Relaxologie : www.psyrelax.org
- ◇ **L'INREES** : Institut de Recherche sur les Expériences Extraordinaires : www.inrees.com

La F.I.R.
Fédération Internationale de
RELAXOLOGIE

- ✓ Inscription unique "à vie"
- ✓ [Annuaire des Relaxologues](#)

**Certificat INTERNATIONAL
de RELAXOLOGIE**

*Document d'inscription à la F.I.R.
disponible sur demande*

Vous
avez une
expérience spécifique
de l'animation de pratiques
de Relaxation Evolutive
dans un domaine particulier
et vous avez envie de la partager...
et de faire connaître votre pratique :

Nous sommes en train de créer toute une série de pages
sur des **domaines d'application de la Relaxation Evolutive ...**
Partagez nous sur une ou deux pages A4 votre expérience :
Juste un texte simple : objectif et finalité, contexte,
expérience vécue, résultats obtenus

Envoyez votre texte sur le mail de Isthme

(ou par courrier)
pour validation
avant parution

INSCRIPTION AUX ANNUAIRES INTERNET POUR LES PROFESSIONNELS

Nous tenons à votre disposition une [fiche explicative](#) pour vous faciliter vos inscriptions sur les sites professionnels gratuits et payants et ainsi diffuser votre info professionnelle.

Quelques IDEES de LIVRES ...

- ◇ **Mindfulness : apprivoiser le stress par la pleine conscience** – Un programme d'entraînement en 8 semaines - E. Maex – Ed. de boeck
- ◇ **Raconte-moi ta naissance... ...pour connaître ta vie et Raconte-moi la mort ...** – C. d'Hennezel – Ed. Alphonse et du Rocher
- ◇ **La Relaxation en Famille** – P. Hervé-Gruyer – Ed. Presses de la Renaissance
- ◇ **La Sophrologie au féminin** – L. Roux-Fouillet – Ed. Presses de la Renaissance
- ◇ **365 gestes pour mon bien-être**, S'épanouir par la sophrologie et techniques douces – S. Condessa & M. Di Blasi – Ed. Jouvence
- ◇ **Vivre mieux au quotidien** – Vittoz mode d'emploi – F. Gibert – Ed. Chronique Sociale poche
- ◇ **Cérémonies autour des saisons** (Un très beau livre...) – J. Cole – Ed. Courrier du Livre
- ◇ **Etre bien dans son corps, Etre bien dans sa tête**, Conseils et exercices pour être mieux chaque jour - B. Blanc – Ed. Chronique Sociale
- ◇ **Ces Histoires qui Guérissent** – La Sagesse du Coyote – L. Mehl-Madrone – Ed. Guy Trédaniel
- ◇ **Quand l'impossible arrive...** Aventures dans les réalités non ordinaires – Stan Grof – Ed. Guy Trédaniel

Week End de " VOYAGES HOLOTROPIQUES "

~ *Relaxothérapie Evolutive Transpersonnelle* ~

Vers une " Relaxation d'Expansion Transpersonnelle"

• Souffle, musique et Voyage Intérieur •

Un temps de voyage intérieur et d'expansion de conscience au service de la reconnection et du développement de l'Être....

Une expérience personnelle et transpersonnelle intense pour vous accompagner sur votre chemin d'évolution

Juste un groupe, la magie du souffle, un support musical, un cadre sécurisé et quelques consignes essentielles

Groupes limités à **16 participants**, organisés **tous les 2 mois**.

Inscription après entretien (une séance individuelle)
auprès d'Isabelle ou de Jean Marie

Animation : **Isabelle et Jean Marie Jobelin** + assistant(e)
Formés et animateurs de ce travail depuis 1995. Jean-Marie est titulaire du
Certificat Européen de Psychothérapie Transpersonnelle (ECTP)

PERMANENCES de SECRETARIAT



sur place : aux horaires d'ouverture
du secrétariat avec **Anne Parisot** :

- **les mardi et mercredi de 9h à 12h30**
- **les jeudi et vendredi de 13h30 à 18h**

ISTHME FORMATIONS

L'Ecole est membre de la **FF2P** - Fédération Française de Psychothérapie et Psychanalyse

FF2S - Fédération Française de Somatothérapie et Somato-Psychothérapie

FIR - Fédération Internationale de Relaxologie

Membre partenaire de la **SFS** - Société Française de Sophrologie

3 ruelle du Four – 95650 MONTGEROULT - France – tél/fax : **01 34 42 14 41**

Site Internet : <http://www.isthme-formations.com>

mail : isthmeformations.relaxation@wanadoo.fr