

## Sofroloog worden? Dat kan!



‘Sofrologie is een begeleidingsmethode, die lichaam en geest in harmonie brengt. Een sofroloog luistert naar je verhaal, maar interpreteert niet. Hij of zij zegt niet wat je moet doen of laten, wél hoe je kunt oefenen om meer balans in je leven te krijgen.’

# Online info moment 9 november 2021 - 20u.

Een sofroloog coacht personen, individueel of in groep, naar meer bewustzijn van hun fysieke en mentale capaciteiten en eigen waarden.

Hiervoor maakt de sofroloog gebruik van de oefeningen en de theorie van de [Caycediaanse Sofrologie](#), een unieke methode van onderzoek naar het bewustzijn en het psycho-fysieke functioneren van de mens. Deze methode is geïnspireerd op de Westerse filosofie, met name de existentiële fenomenologie en Oosterse technieken.

De sofrologie is ontstaan in de context van de psychiatrie en de medische zorg en heeft zich gaandeweg ontwikkeld tot een methode die gebruikt wordt in humane en sociale wetenschappen, sport, onderwijs en persoonlijke ontwikkeling.

Het onderricht tot Caycediaanse Sofroloog wordt in Europa sinds 1988 gewaarborgd door [Sofrocay](#), de Internationale Academie voor Caycediaanse Sofrologie, gevestigd te Barcelona.

## Nederlandstalige Opleiding Sofrologie

INTENSS is het enige door Sofrocay erkende opleidingsinstituut dat zich richt op Nederlandstalige cursisten uit Vlaanderen en Nederland en biedt de 2-jarige basisopleiding aan.

Deze opleiding bestaat uit 20 lesdagen (gemiddeld één zaterdag per maand, gespreid over 2 jaren, max. 16 deelnemers). In dit lessenpakket leert men de basistechnieken eigen maken en te begeleiden. Daarnaast wordt op vaste momenten intervisie aangeboden door sofrologen om de oefeningen persoonlijk te integreren.

Met het internationaal erkende getuigschrift van deze opleiding kan men een eigen praktijk als Sofroloog starten en kunnen de geïnteresseerden vervolgens de bovenbouw van de opleiding tot Caycediaanse Sofroloog aanvatten.

## Doelgroep studenten

Zelfstandigen en medewerkers in de gezondheids-, welzijns- en onderwijssector: artsen, verpleegkundigen, psychologen, (ortho-)pedagogen, maatschappelijk werkers, psychotherapeuten, docenten, onderwijzers...

## Prijs

1950 € per opleidingsjaar. Deelnemers uit het Vlaamse gewest kunnen gebruik maken van KMO-portefeuille (behoudens beleidswijzigingen).

Data, locatie en verdere info vindt u op onze website [www.sofrologen.net](http://www.sofrologen.net)

Inschrijven doe je bij [ICZO](#) en [info@sofrologen.net](mailto:info@sofrologen.net) (meld je hier ook aan voor het online info moment!)