

2025



NUMÉRO 4 • JANVIER 2025

PARCHEMIN

La lettre d'info
de la Société de Sophrologie de l'Ouest

Bienvenue à bord de 2025!

Nous vous souhaitons **bonheur, plénitude, santé !**

Que cette année soit lumineuse, empreinte de l'énergie nécessaire à vos réalisations, à vos inspirations sophrologiques.

L'énergie ! Voilà ce qui peut qualifier le nouveau bureau collégial de la **Société de Sophrologie de l'Ouest** : de l'énergie pour réunir, pour partager, et fédérer autour de la sophrologie.

La Sso existe depuis plus de 40 années grâce entre autres, à **Marie-Edith** Pinel, **Dominique** Aubert, **Anne- Yvonne** Goby, par leur engagement précieux, leur motivation, leur présence constante et persévérante, leur bonne humeur, leur créativité, leur générosité...Nous sommes un peu tristes que vous ayez passé le relais mais nous essayerons d'être à la hauteur ! Promis !

Un grand merci pour votre passion et tout ce que vous avez apporté.



Le bureau est grand ouvert à toutes les bonnes volontés, pour une action ponctuelle ou plus durable. **Bienvenue aux sophrologues d'hier, d'aujourd'hui et de demain !**

C'est avec une grande joie que nous avons prévu l'organisation d'un

Week-end sur l'écoute les 8 et 9 mars 2025

à Pontivy (voir page 2).

LISTEN.
LISTEN...

SAVE
THE DATE

Les rencontres sophrologiques se font souvent dans un environnement agréable, et permettent de renforcer nos connaissances, d'échanger sur nos pratiques, notre passion, d'évoluer, de nous retrouver et rompre avec l'isolement que nous pouvons parfois ressentir.

D'autres projets sont en gestation. Pour les mener à bien nous avons besoin de votre soutien, **La cotisation annuelle est de 15 € et se fait par Hello-asso :**

<https://www.helloasso.com/associations/societe-de-sophrologie-de-l-ouest/adhesions/adhesion-annuelle-a-la-ss0>

Merci pour votre compréhension.

Nous vous renouvelons nos vœux pour 2025 et comptons sur vous pour poursuivre l'aventure tous ensemble !

Le bureau de la SSO : Marie Pierre GEFROS, **Renée** COATANTIEC, **Frédérique** NIVET, **Christine** LE DUFF, **Lydie** MONTEBAULT, **Catherine** BRIENS, **Sylvie** GUERIN.



Au sommaire :

PAGE 01

Les vœux de la SSO

....

PAGE 02

Week-end à PONTIVY

....

Projet à venir :

**FAITES
DE LA
SOPHROLOGIE**

....

Actualités des adhérents

infos sophro

....



«Un arbre fait-il du bruit quand il tombe si personne n'est là pour l'entendre ?»

Berkeley

L'écoute... Les sons, le silence, le savoir être à l'écoute... Le Sophrologue et son écoute de lui, des autres, du monde...

Rencontre à Pontivy les 8 et 9 mars 2025

avec Soizig Roulinat.

Un week-end ponctué de pratiques sophrologiques, d'échanges, table ronde, et marches au bord du **canal de Nantes à Brest**.

- des ateliers sur le son, le silence,
- d'autres sur l'écoute du corps,
- l'écoute des mots,
- l'approche Rogérienne en sophrologie,

avec la contribution de **Soizig Roulinat**, formatrice connue de très nombreux sophrologues !

Nous logerons à l'Auberge de Jeunesse, (mode privatisé 35 places), repas et chambres confort.

Et nous fêterons la longévité, l'amitié, la vitalité de la Société de Sophrologie de l'Ouest !

Inscriptions en ligne sur Hello Asso dès mi-janvier 2025

.....

Et si ...on renouvelait la **“FAITES de la Sophrologie”** en 2026 ? Une journée pour faire connaître notre discipline, mettre en valeur les expertises et spécificités des sophrologues, fédérer tous les sophrologues.

Comme en 2018, cette grande manifestation joyeuse se tiendrait à RENNES. Ca vous fait rêver autant que nous ?

A tous ceux qui souhaitent embarquer dans cette aventure, nous lançons un appel à « participer », via une intervention, une pratique, une réflexion, un texte, ou autre talent à partager.

.....

ACTUS de nos membres, INFOS Sophro :

- Jean François Le Dû et la **Sophro-Nature**: 35330 La Chapelle Bouexic, Dates et infos : <https://www.docleu.fr>
- Marie-Pierre Geffros : pratique des **cycles radical et existentiel**, 1 samedi matin /mois près de **Saint-Brieuc 22**. Renseignements sur le site : <https://mariepierregeffros.wordpress.com>
- Lydie Montembault propose des **supervisions professionnelles** <https://sophro-nantes.com/pour-les-professionnels/>

Et vous ? des actus à nous communiquer ?

