

Chères, chers membres de Sophrologie Suisse,

**Du 4 au 16 novembre 2019, aura lieu en Suisse la Quinzaine de la SC** sur le thème de « Faire face au stress avec la sophrologie ».

Voici le déroulement de l'événement destiné au grand public et à des professionnels de la santé, de l'éducation, de l'entreprise :

*Conférence de présentation du stress, de ses effets et de l'apport de la SC (20 minutes)*

*(Conférence préparée par 3 personnes du comité organisant l'événement et qui sera donnée par ces trois personnes et d'autres. Cela nécessitera une préparation qui sera agendée courant septembre).*

*Questions-réponses (5 à 10 minutes)*

*Témoignages sous forme de petite video (3 minutes). Pas encore certain que ça puisse se faire.*

*3 présentations de cas d'application pratique de la SC dans un domaine spécifique (3 X 10')*

*Questions-réponses (5 à 10 minutes)*

*Pratique sophro (20 minutes)*

05.11.19 : Lausanne, 18h00 – 20h00 (responsable : Nathalie Besson)

06.11.19 : Genève 19h00 – 21h00 (responsable : Isabelle Roh, Eddy Cornaz et Chantal Roy)

07.11.19 : Delémont (responsable : Cécile Prêtre)

09.11.19 : Bâle 10h00 – 12h00 (responsable : Jörg Schneider)

10.11.19 : Bienne, en allemand 10h00 – 12h00, en allemand), 12h00 - 14h00 (resp: Jörg Schneider)

12.11.19 : Martigny 19h30 – 21h30 (responsable : Hélène Chevallier)

13.11.19 : Neuchâtel 19h00 – 21h00 (responsable : Laure Persoz-Guyot)

14.11.19 : Saignelégier 19h00 – 21h00 (responsable : Christiane Boillat)

14.11.19 : Fribourg (responsable : Marjorie Bachmann)

16.11.19 : Morges (responsable : Nathalie Besson)

Nous vous invitons à :

1. Retenir la date qui correspond à votre région et faire de la pub en temps voulu.
2. Vous manifester auprès de la personne responsable de votre région si vous avez la possibilité et la capacité de présenter durant 10 minutes une application de la SC dans un cadre spécifique (sport ou école ou entreprise ou famille, etc). Les propositions seront sélectionnées afin de donner une cohérence à l'événement.
3. Vous manifester auprès d'Helena Druey, secrétaire générale du Centre Patronal, si vous êtes vidéaste professionnel et que vous pouvez nous aider à réaliser une petite video de 3 minutes avec des témoignages de sophronisants et à un tarif hors concurrence.

Ce GRAND événement suisse se fera en préambule à la Semaine Internationale de la SC qui est initiée par Sofrocay et qui aura lieu du 18 au 24 novembre 2019, avec notamment la diffusion chaque jour à heure fixe d'un webinaire animé par Natalia Caycedo.

Les personnes impliquées dans cette organisation ont plaisir à construire ensemble ce projet et se réjouissent de pouvoir le partager avec vous dans le cadre de son organisation et de sa réalisation. Renforçons notre riche groupéité et faisons fièrement connaître et reconnaître notre méthode !

A chacune et chacun un bel été !

Pour le Groupe de Travail de la Quinzaine :  
Chantal Roy et Laure Persoz-Guyot