



**ÉCOLE SOINS ET SONS
EN CONSCIENCE**

Programme des formations 2025-2026



Sono-Somatothérapie®

Qui sommes-nous?

Nous sommes une équipe de formateurs épanouis, passionnés et **éclaireurs de conscience**, éveillant en chacun la lumière intérieure par la force de l'Amour.

Notre enseignement étant expérientiel, main dans la main, cœur contre cœur, nous avançons avec confiance vers un avenir lumineux.

Nous évoluons ensemble, avec nos étudiants, vers une meilleure version de nous-mêmes. Chaque jour, nous nous réinventons, non par obligation mais par passion. **L'Amour** est notre boussole, la **bienveillance** notre force, la **présence juste** notre guide, et la **pleine conscience** notre ancrage. Ensemble, nous avançons vers une transformation profonde, un voyage où chaque pas nous rapproche de notre essence véritable.

La **joie** danse comme une flamme vive en nous, illuminant chaque pas de notre chemin, nous poussant à avancer, à faire confiance à la vie, à être authentique et enthousiaste, et à rester debout face aux défis du quotidien.

Tout au long de notre formation, nous nous laissons porter par l'Amour libérateur qui nous enveloppe de sa douceur.

Et vous, êtes-vous prêts à embrasser ce voyage de transformation et à révéler la splendeur qui sommeille en vous?

Sons

Mantras

Toucher

Danse

Nature

Arbre



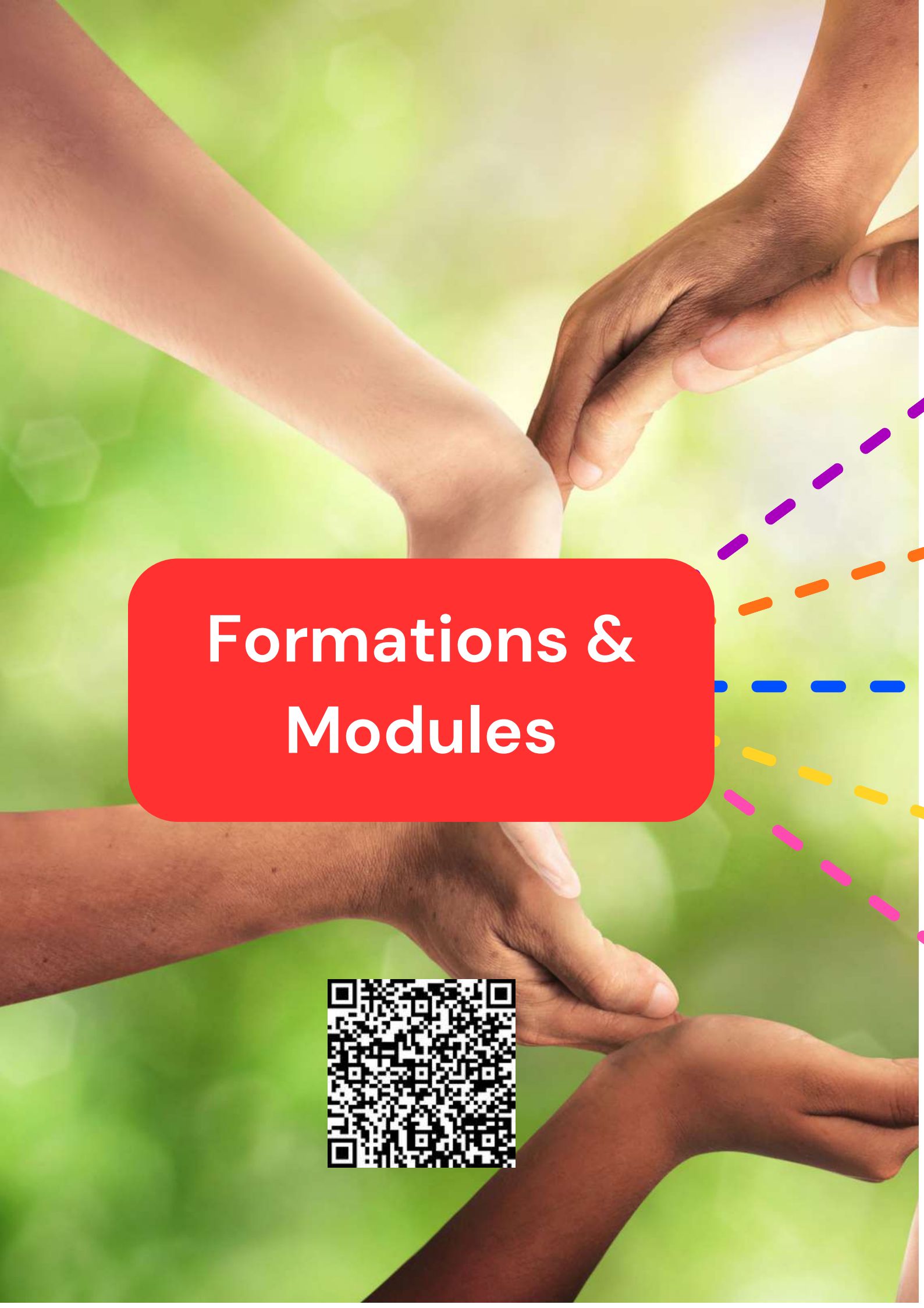
Méditation



Retraite au désert

Mouvement

Respiration

The background of the entire image shows several hands of different skin tones (light, medium, and dark brown) reaching up and holding each other in a supportive grip. To the right of the hands, there are several parallel dashed lines in purple, orange, blue, yellow, and pink, extending diagonally upwards. A large red rounded rectangle is centered over the hands, containing the text 'Formations & Modules'.

Formations & Modules





Formation longue
en Sono-Somatothérapie®
60 jours

Formation de base
20 jours

Modules approfondis
et Modules autonomes

Formations sur demande

Nouveautés :
Sylvothérapie / Wutao

Formation longue

En vue de devenir
Sono-Somatothérapeute[®]

Programme

- **Apprentissage progressif** : Une formation de base sur 10 week-ends, complétée par 40 jours de modules approfondis.
- **Développement personnel** : Un parcours introspectif accompagné d'un(e) Sono-somatothérapeute[®] à raison de 20 heures minimum.
- **Mémoire** de formation :
 - Partage du cheminement personnel et des évolutions vécues
 - Étude approfondie de cas
- **Clôture** et célébration :
 - Séjour résidentiel final
 - Prestation de serment
 - Présentation des mémoires
 - Remise des diplômes

Formation de base

**Une année complète répartie en
10 week-ends d'octobre à juin
dont un séjour résidentiel
obligatoire (consolidation des
acquis + évaluation)**

Accessible à tous

**Permet d'être reconnu(e)
officiellement comme
praticien(ne) de massages
bien-être**

**Année obligatoire pour devenir
Sono-Somatothérapeute**

Cette première année de formation vous plonge directement dans la **quête de votre ÊTRE**, en mettant en évidence le corps comme notre 1er véhicule. Elle vous aide à engager un **voyage intérieur**, à une **prise de conscience**, à une **ouverture vers soi et vers l'autre**.

Vous y découvrirez des techniques de soin par le toucher subtil, physique et sonore, intégrées en **pleine conscience** et adaptées à chaque **individu dans sa globalité**.

Les formations se déroulent dans un cadre de **bienveillance**, d'**amour**, de **pleine conscience** et de **présence juste**, offrant une transformation profonde et un rapprochement vers notre essence véritable.

Chaque session explore diverses approches du corps. Les week-ends sont conçus pour mettre le corps en joie à travers des pratiques telles que la **danse spontanée**, des **méditations sonores**, des **chants** et **mantras**. Ils visent également à développer la confiance en soi et en l'autre par des **exercices de croissance personnelle**, tout en découvrant des méthodes de soin par le **toucher**, le **souffle**, les sons d'**instruments thérapeutiques**, la **voix** et le **massage**.

Dans le cadre de nos pratiques, **l'intention** derrière chaque geste ou soin est fondamentale. Elle reflète **l'engagement du thérapeute** à accompagner le patient avec **respect, empathie et authenticité**. Cette intention cherche à soulager le patient, à soutenir sa croissance personnelle ou à améliorer sa qualité de vie.

Ce geste posé avec une intention claire implique une **pleine présence du thérapeute** qui **écoute** activement et **s'adapte** aux besoins spécifiques du patient.

Cette intention ne doit jamais être intrusive ou imposée sans le consentement du patient. Elle vise à accompagner, pas à contrôler. Le thérapeute agit avec **sincérité**, sans jugement ni arrière-pensée, ce qui crée un **climat de confiance propice à la guérison**.

L'intention est aussi liée au principe déontologique qui guide la pratique garantissant que chaque soin est donné dans le respect des normes et des droits du patient. Une intention claire et positive est la base d'une relation thérapeutique efficace et respectueuse qui éveille l'humain.

Marcelline Winkin-Mupemba, bienveillante et véritable pilier, vous guidera tout au long de ce parcours, accompagnée d'autres intervenants qui viendront enrichir votre apprentissage avec leur savoir et leur expertise.

Description des formations de base

Toucher Thérapeutique



**Une approche énergétique
la plus étudiée et
documentée sur le plan
scientifique qui rappelle la
plus ancienne pratique de
l'imposition des mains
sans connotation
religieuse.**

Il peut être appliqué partout, dans toutes conditions de santé ou de maladie ainsi que dans toute situation de vie, de la naissance jusqu'à la mort.

Cette technique consiste en un échange d'énergie où le praticien, à l'aide de ses mains, agit de façon consciente avec la ferme intention d'aider et d'accompagner la personne dans son processus naturel de guérison.

Massage sonore

La technique proposée aide à harmoniser, rééquilibrer et dynamiser l'énergie vitale. Nous utilisons des diapasons 128Hz, 64Hz et 32Hz, des bols tibétains, et des bols de cristal. Leurs fréquences thérapeutiques bien particulières agissent sur des parties spécifiques de notre corps et de l'aura. Ces instruments peuvent vous accompagner en méditation comme en thérapie.

Massage corporel global

La technique proposée vous servira à apporter confiance dans votre capacité à masser et à détendre l'autre.

Elle vous aidera à vous sentir plus à l'aise avec le corps de l'autre.

Chaque massage est une œuvre créatrice, un hommage à la beauté du corps.

Le massage est une porte qui s'ouvre en vous et en l'autre, pour des relations humaines plus fraternelles, plus solidaires, plus essentielles....

Ouverture de la Voix

Notre voix fait partie intégrante de notre être. Elle est directement connectée à notre corps, nos émotions, notre vécu. Lors de ce week-end, l'espace est disponible pour que chacun libère les nœuds de son corps et de son esprit par le son. Divers exercices corporels, de souffle, de méditation chantante, de chant intuitif et autres exercices libérateurs par les sons sont proposés.

Sexologie

Lors de ce week-end la formatrice vous partagera son expertise et ses connaissances afin d'explorer des thématiques variées autour de la sexualité, du bien-être intime, et des relations. Ce sera l'occasion d'aborder des sujets essentiels dans un cadre bienveillant, ouvert et sans tabous. Ce week-end se veut interactif et riche en discussions et échanges. Tout cela dans le respect de chacun.e. La sexualité est avant tout un chemin vers l'amour de soi. L'écoute bienveillante et la confidentialité sont au centre de ce week-end.

Massage au bambou

Celui-ci utilise des bâtons de bambou, chauds ou non, de différentes tailles pour pétrir et lisser les muscles. Il favorise la circulation sanguine, soulage les tensions musculaires et améliore la souplesse de la peau.

Dien Chan

Le massage aux outils Dien Chan, issus de la réflexologie faciale vietnamienne, utilisent de petits rouleaux et d'autres instruments pour masser les points réflexes du visage. Cette méthode vise à rééquilibrer les énergies du corps, à soulager diverses douleurs et à améliorer la santé globale en stimulant les zones réflexes.

Le week-end résidentiel

Objectifs :

- Terminer la formation dans une ambiance chaleureuse et bienveillante.
- Apporter des éclaircissements sur les notions restées floues durant l'année.
- Effectuer une révision générale à travers une évaluation écrite.
- Ouvrir la réflexion sur les perspectives à venir.
- Observer et écouter la manière dont chaque élève assimile la matière.

Séjour résidentiel de 3 jours, du vendredi au dimanche

Ce séjour résidentiel permet d'obtenir une **attestation** de «**Praticien(ne) en massage bien être**» qui vous permettra d'être opérationnel(le) dans la vie active ou de poursuivre la formation longue pour devenir Sono-somatothérapeute®.

Calendrier de la formation de base 2025–2026

2025

25 et 26 octobre
22 et 23 novembre
20 et 21 décembre



2026

10 et 11 janvier
31 janvier et 1er février
28 février et 1er mars
28 et 29 mars
11 et 12 avril
30 et 31 mai



Week-end résidentiel
(obligatoire)
5, 6 et 7 juin 2026

Inscriptions en ligne via le formulaire d'inscription sur le site
soinsetsonsenconscience.be

Païement sur le compte ING BE69 3601 0812 3478
selon les modalités et tarifs (TVAC) suivants:

En intégralité : prix total* 2.450€

En 4 x : acompte de 410€ + 3 x 730€ (01/10/2025;
01/01 et 01/04/2026) – total 2.600€*****

En 10 x : acompte de 410€ + 9 x 250€ du 01/10/2025
au 01/06/2026**

(paiement chaque 1er jour du mois – total = 2.660€*)**

***Matériel prêté mais non-compris à l'achat et logement des séjours
résidentiels non-compris**

****Acompte de 410€ à verser pour le 1er septembre 2025 au plus tard,
non-remboursable**

*****Une réduction de 100€ peut être accordée -> voir conditions
générales sur le site <https://www.soinsetsonsenconscience.be>**

Modules approfondis
(accessible après la
formation de base)

Modules autonomes
(accessibles à tous)

Sylvothérapie
13 et 14 septembre 2025
6 et 7 décembre 2025

Initiation au massage
sonore
30 et 31 aout 2025

Constellation familiale
8 et 9 novembre 2025

Initiation à la réflexologie
palmaire et faciale
27 et 28 septembre 2025

Somatodrame
17 et 18 janvier 2026

Lithothérapie (*)
18 et 19 octobre 2025

Sexologie
14 et 15 février 2026

Transformer l'éco-anxiété
en force (*)
21 et 22 mars 2026

Sylvothérapie et sons
16 et 17 mai 2026

Wutao (*)
18 et 19 avril 2026

Modules obligatoires dans le cadre du parcours de
formation en sono-somatothérapie®: modules bleus +
modules verts avec (*)

Modules approfondis

3 façons de suivre ces modules

Je veux devenir sono-somatothérapeute

- Valider l'entièreté de ces modules après la formation de base
- Ces modules peuvent être suivis à la carte et au rythme de chacun

Je veux pouvoir exercer ce qui est proposé par le module

- Vous recevez une attestation après chaque module (sur demande)

Je veux utiliser ces modules pour mon bien-être et ma croissance personnelle

- aucune obligation

Modules autonomes : inscription sans prérequis

Tarif: 150 € / jour

Séjour résidentiel

(26, 27 et 28 juin 2026)

Certification des Sono-Somatothérapeutes®

Remise des mémoire écrits

Présentations orales des mémoires

Prestations de serment

Remise officielle des diplômes

Contenu des mémoires :

- 30 pages minimum
- Expliquer et présenter son parcours personnel à travers toute la formation : "Quels sont les outils, exercices... qui m'ont fait grandir, qu'est-ce que j'ai appris, qu'est-ce qui a changé en moi depuis le début de la formation..."
- Présenter 3 études de cas suivis sur une longue période (6 mois minimum)

Tarif: 400€ + frais de séjour

Nouveautés

Sylvothérapie

Le pouvoir bienfaisant des arbres.

Aller à la découverte des être de bois aussi exceptionnels que majestueux pour faciliter nos échanges et nous permettre d'être en contact avec eux.

La sylvothérapie est une approche naturelle visant à bénéficier et renforcer la présence bienfaisante des arbres.

C'est une porte vers le mieux-être.

La sylvothérapie inclut des activités comme la respiration, la relaxation et la connexion aux sensations et aux émotions profondes.

Les arbres, par leur simple présence, peuvent apporter du bien-être et aider à la résilience.

Wutao

Le Wutao est un art corporel contemporain en mouvement, une pratique qui éveille l'âme du corps. C'est une aspiration profonde à la connaissance de soi et du soi et d'une inspiration créative en laissant émerger une nouvelle façon de "bouger".

Transformer l'éco-anxiété en force

L'éco-anxiété n'est pas une pathologie !

C'est un mélange d'émotions qu'il est tout à fait légitime et sain de ressentir face aux déséquilibres écologiques de plus en plus graves que nous vivons actuellement : dérèglement climatique, pollutions des terres, des mers, des rivières, grande perte de la biodiversité,...

Pour qu'elles ne se transforment pas en pathologie (insomnies, épuisement, dépression,...) il est important d'écouter toutes ces "éco-émotions" et d'en comprendre les précieux messages.

Nous en recevons alors beaucoup d'énergie qui nous permet d'agir en conscience, bien aligné.e.s avec nos valeurs les plus profondes.

Nous pouvons ensuite aider les autres à faire ce processus.

Modules sur demande

Ouverts à tous

- à partir de 6 participants
- W-E de 2 à 3 jours
- 150€/jour/pers.

Massage femme enceinte

Le massage pour femmes enceintes est spécialement conçu pour répondre aux besoins uniques des futures mamans. En utilisant des techniques douces et adaptées, ce type de massage aide à soulager les douleurs lombaires et favoriser la relaxation. Chaque séance est une parenthèse de bienveillance, permettant de se reconnecter à son corps et de vivre pleinement la grossesse. Il aide également à diminuer le stress, améliorer le sommeil et préparer le corps à l'accouchement.

Gua-sha

Le gua-sha est une pratique ancestrale chinoise utilisant une pierre, souvent de jade ou de quartz, pour gratter doucement la peau. Cette technique permet de détoxifier le corps, de réduire les inflammations et de stimuler le système immunitaire. Elle est particulièrement appréciée pour ses effets anti-âge et son action bénéfique sur le visage.

Corps en accord à l'école

Vous voulez vous occuper des enfants de l'école maternelle, primaire ou constituer un groupe d'enfants pour leur donner envie de vivre leur enfance pleinement ? Leur apprendre à se relaxer, à chasser le stress que le monde actuel leur fait vivre ? Venez apprendre ces gestes qui remplissent de joie les cœurs des enfants par des sons, des mouvements rythmés, des danses, des méditations sous plusieurs formes, d'instruments divers (bols tibétains, tambours océan, carillons...). Après avoir suivi cette formation, vous obtiendrez une attestation « animateur de cœurs d'enfants »



Massage en soins palliatifs

Le massage en soins palliatifs est une approche douce et respectueuse, adaptée aux personnes en fin de vie. Il vise à apporter confort, soulagement de la douleur et soutien émotionnel. En utilisant des gestes lents et légers, ce type de massage aide à réduire l'anxiété, à améliorer le sommeil et à renforcer le lien humain, offrant ainsi un accompagnement précieux et bienveillant.

Massage assis

Réalisé sur une chaise ergonomique, ce type de massage cible le dos, les épaules, le cou et les bras avec des mouvements doux et attentionnés. Chaque geste est effectué avec une présence attentive, permettant de relâcher les tensions et de se recentrer sur l'instant présent. Cette approche favorise une détente totale, une meilleure circulation et une sensation de renouveau, idéale pour retrouver équilibre et sérénité.

Réflexologie

Les réflexologies faciale, plantaire ou palmaire sont des méthodes thérapeutiques basées sur les zones du visage, du pied ou de la main, connectées à des parties spécifiques du corps. En appliquant une pression précise, cela stimule les points réflexes pour favoriser l'équilibre et la guérison. Ces pratiques anciennes soulagent le stress, améliorent la circulation, réduisent les douleurs et favorisent la relaxation pour un bien-être global.

Aromathérapie

L'aromathérapie utilise les huiles essentielles extraites des plantes pour améliorer la santé et le bien-être. Ces extraits concentrés possèdent des propriétés thérapeutiques variées, allant de la relaxation à la revitalisation et guérison. En diffusion, massage, les huiles essentielles offrent une multitude de bienfaits, que ce soit pour apaiser l'esprit, dynamiser le corps ou renforcer les défenses naturelles.

Vos formatrices et formateurs



Marcelline WINKIN-MUPEMBA

Fondatrice et responsable de l'école « Soins et Sons en Conscience », Psycho-Somatothérapeute en Relation d'aide par le Toucher®, **Sono-Somatothérapeute**®, Hypnothérapeute, formatrice en aromathérapie et en toucher-massage en milieu hospitalier, en maison de repos et de soins. Infirmière de formation, Marcelline oeuvra pendant près de 25 ans dans le milieu hospitalier d'abord en tant qu'infirmière, puis en tant que professeure dans une école d'infirmière.

Ayant toujours eu le souci de vouloir prodiguer les meilleurs soins à ses patients, dans la bienveillance, la lenteur, la joie, l'amour, la présence juste, Marcelline s'ouvrit très naturellement à la médecine intégrative. Elle développa à travers de nombreuses formations d'autres manières d'aborder les soins notamment par un **toucher bienveillant** qui accompagne, soulage, accueille, écoute l'autre par le cœur. Actuellement, elle exerce comme Psycho-Somatothérapeute en cabinet privé à Namur et à Godinne et intervient comme formatrice principale à l'école « Soins et Sons en Conscience ».

Docteur Vassilis ZARUCHAS

Médecin psychiatre, Psycho-Somato Analyste. Il a contribué, depuis 1985, avec le Docteur Richard Meyer, au développement du courant de la **Somatothérapie** et de la Somatoanalyse. Formateur à l'Ecole Européenne de Psychothérapie Socio- et Somato-Analytique (EEPSSA) et Superviseur de thérapeutes dans le cadre de la Féd-Eur-3Psy. Auteur du livre « Le Somatodrame », 2018. Il fait chaque année le voyage depuis son pays natal la Grèce pour partager sa longue expérience avec nous.



Anne-Laure WINKIN

Diplômée en 'Popular Music Performance' du British and Irish Institute of Modern Music de Londres, en 'Jazz performance' de la Guildhall School of Music and Drama et baignée dans un environnement qui met en avant le développement personnel et les thérapies alternatives. Gagnante du concours "Lift You Up" (VTM) en 2025, Anne-Laure chante et comprend très tôt qu'il y a quelque chose de **profond et de sacré dans la voix**. Elle a le désir d'inviter à se reconnecter avec cet aspect sacré au quotidien afin de vivre une vie qui a plus de sens et de profondeur.



Alexandra TASSOUL

Psychologue clinicienne et **sexologue**, elle exerce son métier sous différentes casquettes : thérapeute individuelle et de couple au sein d'un cabinet pluridisciplinaire à Bruxelles ; conférencière, formatrice et coach au sein d'une académie de formations en ligne et au sein d'un centre de formations axé sur le bien-être au naturel. Passionnée par l'estime de soi et l'amour de soi, elle effectue également un travail de recherche scientifique autour de cette thématique au sein de l'université catholique de Louvain.

Virginie DELCROIX

Depuis l'enfance, Virginie Delcroix est appelée à enchanter la vie et éveiller les consciences pour que chacun puisse retrouver son plein potentiel et son essentiel. Elle exerça d'abord en tant qu'éducatrice et assistante sociale. Passionnée par le développement personnel, elle a acquis de nombreuses certifications : formatrice et facilitatrice en PNL, thérapie brève, hypnose sous toute ses formes, ennéagramme, **lithothérapie** (formatrice officielle de l'IFEL), et beaucoup d'autres... Aujourd'hui, elle partage ses connaissances à travers des formations et ateliers avec son projet "Vie Happy".



Philippe LAUMONIER

Instituteur de formation, il a toujours été attiré par le développement personnel et la vie spirituelle. Son but est de comprendre Qui Il Est et comment la Vie fonctionne. Ses recherches spirituelles l'ont conduit à de nombreuses activités et de voyages à travers le monde. Pendant 23 ans, il s'est retiré des activités mondaines pour pratiquer l'exploration intensive de la conscience. Il a vécu comme un moine et pratiqué 8h de méditation quotidienne. Il a étudié la science védique de Maharishi Mahesh Yogi et reçu de lui une maîtrise (M.D.) dans la Science de l'Intelligence Créatrice (S.C.I.). Il a étudié avec intérêt la majorité des enseignements philosophiques, spirituels et ésotériques. Il intervient sur le **développement de l'intuition**.



Martine CAPRON

Formatrice spécialisée en Gestalt-thérapie, danse-thérapie, écopsychologie et **écothérapie**.

Elle enseigne à l'EEPSSA depuis 2001 et anime des ateliers sur des thèmes comme la péri-mortalité et l'Eco-Gestalt. Elle s'intéresse particulièrement aux liens entre l'humain et la nature et a suivi diverses formations complémentaires, notamment en PNL (Programmation Neuro Linguistique), CNV (Communication Non Violente), EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) et conjugo-thérapie.

Elle est également impliquée dans des parcours en écopsychologie, qui visent à reconnecter les individus avec le vivant et à explorer les dimensions psychologiques et émotionnelles des enjeux environnementaux.



VOYAGE AU CŒUR DE SOI DANS LE DÉSERT

Un chemin de transformation intérieure

Avec Marcelline Mupemba (École Soins et Sons en conscience)



du 7 au 14 mars 2026

POURQUOI LE DÉSERT?

Se recharger
profondément

Guérir ses
cavernes
intérieures
(peurs et
croyances)

Renaître

Vivre des
épreuves et
révélations

Être inspiré
vivre la magie
du désert

Se préparer à
devenir la
meilleure version
de soi-même

Ecouter le
message de
l'univers dans le
silence

Libérer ses
émotions

Où

16, Allée de la croix d'al faux
5530 Godinne

Résidence Mosane – 1, Rue Paule Bisman
5101 Erpent

Contact



+32 497 36 64 29



<https://www.soinsetsonsenconscience.be>



marcelline@soinsetsonsenconscience.be

