

Cher-e-s ami-e-s du RYE,

Cette année scolaire touche à sa fin et entre dans sa dernière ligne droite avec le brevet du collège et le baccalauréat.

Cette période marque aussi pour le RYE une période d'intenses réflexions et de travail : la préparation du programme de formation 2023-24.

Plusieurs fils directeurs ont guidé notre programmation : vous faciliter l'accès aux enseignements fondateurs du RYE que sont les Techniques de Yoga dans l'Education et les Techniques de Relaxation dans l'Education, être accessible géographiquement et financièrement et enfin, proposer des formations qui couvrent tous les publics, notamment les enfants porteurs de handicap, l'inclusion étant au cœur de notre projet.

Pour cela, les formations auront lieu dans 4 grandes villes : Paris, Bordeaux, Lyon et Marseille. Elles seront enseignées en format week-end (4 stages de 10 heures) ou intensif lors des vacances de Toussaint. Un format vacances devrait aussi vous être proposé en Anjou en juillet 2024. Enfin, pour vous donner plus de souplesse dans votre cursus, vous pourrez décider de commencer par les Techniques de Yoga ou les Techniques de Relaxation dans l'Education.

Une pratique de yoga régulière étant indispensable tant dans l'apprentissage que dans la mise en pratique des techniques RYE à vos élèves, nous vous proposons cette année encore deux cours hebdomadaires d'une heure en distanciel. Leur tarif modique vise à rendre un yoga de grande qualité accessible à tous.

Enfin, pour vous permettre d'approfondir vos connaissances dans le cadre de votre formation initiale ou continue, vous pourrez vous inscrire à des formations thématiques (10h le week-end en distanciel ou en présentiel) et des ateliers (2h30 le week-end). Vous découvrirez ainsi les techniques de yoga adaptées aux maternelles, élémentaires, collégiens et lycéens ainsi qu'aux élèves aux besoins éducatifs particuliers.

Qualité des contenus, adaptation aux différents publics, et flexibilité des formats : voici une programmation somme toute très yogique, fidèle aux valeurs qui sont les nôtres.

Je profite de ce message pour remercier toute l'équipe qui a, une année encore, fait preuve d'un engagement remarquable pour faire vivre notre association et transmettre les enseignements du RYE.

Bonne lecture de cette newsletter et surtout, RDV l'année prochaine, après des examens couronnés de succès pour vos élèves et des vacances grandement méritées pour chacun d'entre vous.

Sophie Flak

LES NOUVELLES DU RYE

CATALOGUE DE FORMATION 2023/2024

Nous vous donnons rendez-vous sur le site du RYE le **jeudi 1er juin à 12h** pour l'ouverture des inscriptions aux formations de l'année scolaire à venir.

NOUVELLES SUR NOS FORMATIONS



- **Nouvelle formation : Animation de groupe et analyse de pratique**

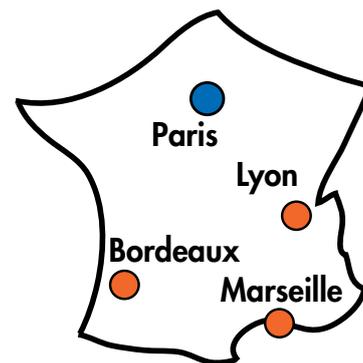
Une formation, scindée en 4 ateliers de 2h30, qui permettra aux participants un retour réflexif sur des situations vécues durant leurs séances de yoga dans l'éducation et d'en améliorer la conception et l'adaptation.

- **Ouverture des Techniques de relaxation dans l'éducation**
Afin de rendre accessible le TRE au plus grand nombre, le TRE sera ouvert aux pratiquants de yoga ; il ne sera plus demandé d'avoir fait le TYE en prérequis.

- **Lieux des formations :**

Afin que vous puissiez anticiper vos formations l'année prochaine, et par souhait de continuer à couvrir le territoire, nous vous annonçons d'ores et déjà que notre offre de formation 2023/2024 sera concentrée sur PARIS, LYON, BORDEAUX et MARSEILLE.

Pour vous inscrire : <https://rye-yoga.fr/inscriptions>



LES NOUVEAUX ATELIERS DU RYE



Comme vous le savez, nous avons lancé cette année des ateliers d'une durée de 2h30 sur des thématiques spécifiques qui s'adressent à toute personne intéressée par l'éducation.

Bonne nouvelle ! Suite au succès des premiers ateliers, nous vous en proposons 2 nouveaux dont les thèmes sont d'actualité :

«Le yoga pour mieux se préparer au grand oral»

Le 9 mars 2024 en distanciel

«Le yoga, une aide pour les élèves avec troubles du spectre autistique»

Le 6 avril 2024 en distanciel

Nous repropoisons également cette année les 2 ateliers suivants :

«Améliorer le climat scolaire avec le yoga»

Le 18 novembre 2023 en distanciel

«Coopérer en classe avec le yoga»

Le 27 janvier 2024 en distanciel

ILS SONT LE RYE

CHRONIQUE DE JACQUES DE COULON

Les six étapes du yoga pour se préparer à un examen

Nous sommes heureux de partager avec vous la toute dernière chronique de Jacques de Coulon* : « Les six étapes du yoga pour se préparer à un examen » dont en voici un extrait :

« Nous approchons de la fin de l'année scolaire, période d'examens, notamment des baccalauréats. Comment s'y préparer le plus sereinement possible ?

Le yoga sera d'une grande aide. Nous allons suivre ici les premières étapes des Yoga Sutras de Patanjali telles que nous les avons décrites dans notre livre avec Micheline Flak, Le Manuel du yoga à l'école en les appliquant à la préparation d'une épreuve :

1. S'entraider, travailler ensemble : yama.
2. Se désencombrer l'esprit et le clarifier : niyama.
3. S'oxygéner le cerveau : asana, pranayama.
4. Evacuer le stress en se relaxant : pratyahara.
5. Se recentrer et visualiser la situation : dharana.
6. Assimiler un savoir par les sens intérieurs : dharana. »

Pour lire la chronique :

<https://rye-yoga.fr/chroniquesjdc/Les-six-etapes-du-yoga-pour-se-preparer-a-un-examen>

*Ancien recteur, philosophe et auteur de nombreux ouvrages, Jacques de Coulon a contribué à la fondation du RYE en 1978.



A VOS AGENDAS

Il reste encore quelques places pour les dernières formations de l'année, ne tardez pas à vous inscrire !

YOGA ET ANALYSES DES POSTURES - PARIS

10 au 11 juin 2023

À travers un panorama complet de la croissance et du développement psychomoteur de l'enfant et de l'adolescent, cette formation permet de travailler : acquisition du schéma corporel, tonus, équilibre, coordination, respiration, sensibilité, latéralité, structuration dans l'espace et dans le temps, langage et pensée abstraite.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [notre site](#).

TECHNIQUES DE YOGA DANS L'ÉDUCATION (TYE) - SEGRÉ-EN-ANJOU-BLEU

10 au 15 juillet 2023

Cette formation, qui fait partie du cursus certifiant de formation fondamentale, **est proposée pour la première fois au format intensif sur la période estivale.**

Elle permet aux stagiaires d'acquérir les techniques RYE de yoga dans l'éducation afin d'en faire bénéficier des enfants ou des adolescents, dans un établissement scolaire ou en salle de yoga.

À l'issue des quatre modules, les participants seront à même de proposer des exercices isolés en classe ou des séances complètes en atelier.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [notre site](#).



VOS QUESTIONS - NOS RÉPONSES

VOTRE ESPACE SUR LE SITE DU RYE

Vous recherchez votre convocation, une facture, une attestation... ?
Retrouvez tous vos documents dans votre espace dédié en [cliquant ici](#).

 À noter !

Pensez à mettre à jour les informations de votre [profil](#) (photo, académie, date de naissance ...).



Bonne fin d'année scolaire à tous !



L'équipe du RYE