



# PROGRAMME DEVENIR Sophrologue PRATICIEN



1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont 06 61 31 75 53 [josetrehbt@gmail.com](mailto:josetrehbt@gmail.com) Siret: 942 091 554 000 17. NDA: 32620409862. Qualiopi: QUA008652

Le *Centre Josêtre*, en partenariat avec *Équilibres & Sophrologie*, propose un cursus complet alliant rigueur théorique, neurosciences et expertise pratique pour une installation professionnelle sereine.

## - Objectifs :

- Maîtriser les fondamentaux théoriques (respiration, relaxations dynamiques, sophronisations).
- Conduire un entretien d'anamnèse et construire un protocole d'accompagnement personnalisé.
- Développer une posture professionnelle éthique et sécurisante (alliance sophronique).
- Savoir adapter sa pratique à différents publics (enfants, adolescents, adultes, seniors).

- Public : Adultes en reconversion professionnelle ou professionnels du soin/bien-être souhaitant compléter leurs compétences.

- Pré-requis : Aucun pré-requis académique. Un entretien préalable avec la direction pédagogique est recommandé pour valider la cohérence du projet.

## - Programme :

La formation est découpée en 7 modules progressifs répartis sur 30 journées (19 jours en présentiel et 11 jours en distanciel).

- Module 1 : Les Fondamentaux & La Respiration (Analyse de la demande, alliance, physiologie).
- Module 2 : Relaxation Dynamique 1 (RD1) (Schéma corporel, présentation, ancrage).
- Module 3 : Relaxation Dynamique 2 (RD2) (Futurisation, image de soi, sensorialité).
- Module 4 : Relaxation Dynamique 3 (RD3) (Passé positif, intégration, mémoire).
- Module 5 : Relaxation Dynamique 4 (RD4) (Valeurs de vie, totalisation, autonomie).
- Module 6 : Protocoles Spécifiques (Gestion du stress, sommeil, douleur, préparation aux examens).
- Module 7 : Professionnalisation & Certification (Installation, déontologie, examen final).

## - Méthodes et moyens :

- En présentiel : Apports théoriques, démonstrations par le formateur, travaux pratiques en binômes (mises en situation réelles) et ateliers de groupe.
- En distanciel : Accès à une plateforme numérique (LMS) sécurisée regroupant les supports de cours, vidéos de démonstration et fiches techniques.
- Supports pédagogiques : Remise d'un livret stagiaire complet et de guides de protocoles.

## - Evaluation :

- Évaluation initiale : Questionnaire de positionnement à l'entrée pour identifier les attentes et acquis.
- Évaluation formative : Contrôle continu tout au long de la formation via des exercices pratiques guidés et des quiz de révision à la fin de chaque module.
- Évaluation sommative (Certification finale) :

Épreuve théorique : Étude de cas écrit (élaboration d'un protocole d'accompagnement).

Épreuve pratique : Mise en situation réelle consistant à animer une séance complète de sophrologie devant un jury.

- Suivi de l'assiduité : Feuilles d'émargement signées par demi-journée (présentiel) et relevés de connexion (logs) pour le distanciel.



Centre Josêtre - Former autrement, en conscience et avec cœur

1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont

06 61 31 75 53 [josetrehbt@gmail.com](mailto:josetrehbt@gmail.com)

Siret: 942 091 554 000 17 NDA: 32620409862 Qualiopi : QUA008652



- **Sanction de la formation :** Délivrance d'une **Attestation de fin de formation** mentionnant les acquis et d'un **Certificat de réalisation**.

- **Modalités d'accès :** Entretien de motivation et étude du dossier. Réponse sous 8 jours.

- **Date :** en fonction du **planning établi**

- **Durée :** 210 heures sur 30 jours répartis sur 6 mois.

- **Horaires :** 8h30-12h . 13h -16h30 du mardi au vendredi

- **Tarif :** Coût pédagogique annuel : 2800 €

Arrhes à l'inscription : 280 €

**Possibilités de règlement du solde :** Échelonnement sur 6 mois (soit 420 € / mois).

#### **Protection juridique et annulation:**

- **Cadre contractuel :** En application de l'article 1104 du Code civil, le contrat doit être exécuté de bonne foi.
- **Annulation :** En cas de désistement du fait de l'apprenant, les arrhes de 10% (soit 280 €) sont conservées par le centre.
- **Litiges :** En cas d'impayés, le centre se réserve le droit d'appliquer l'article 1219 du Code civil (exception d'inexécution) et de suspendre l'accès aux cours et documents de fin de formation.

#### **Accessibilité et infos pratiques :**

- Lieu : 1331 Boulevard Fernand Darchicourt, 62110 Hénin-Beaumont.
- Contact : 06 61 31 75 53 | josetrehbt@gmail.com
- Handicap : Formation accessible aux PSH après analyse des besoins et aménagement du parcours.



Centre Josêtre - Former autrement, en conscience et avec cœur

1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont

06 61 31 75 53 | josetrehbt@gmail.com

Siret: 942 091 554 000 17 NDA: 32620409862 Qualiopi : QUA008652

