Entrainement Post-formation RESERVE AUX « Sophrologues – spécialisé en entreprise – Niveau 1»

Durée : 3h

Formation en :
– distanciel

Nombre de participants : Mini. 5 pers. Max. 15 pers.

Introduction

Vous avez besoin d'entrainement pour animer les ateliers santé mentale et bien-être au travail ?

Nous vous proposons des entrainements gratuits en visio Zoom

Vos formateurs sont


Odette SANGARÉ


Patrick BOZIER


Amanda ROBINET

En alliant,

- une bonne formation de base en sophrologie,
- une spécialisation solide SophroForma+ et IFQVT, des entrainements pour vous perfectionner
- et en développant votre capacité à promouvoir et développer votre activité,

vous vous donnez toutes les chances de développer et pérenniser votre activité.

SI VOUS N'AVEZ PAS ETE FORMES CHEZ SOPHROFORMA+

- Pour les sophrologues formés en N1 **avant Septembre 2025**, dans une autre école que Sophroforma+, vous pouvez vous mettre à niveau gratuitement avec ces entrainements.
- Si vous voulez la certification IFQVT, vous pouvez passer une équivalence intégrant les modules supplémentaires intelligence émotionnelle et estime de soi (à partir de Sept 2026)

Objectifs

L'objectif de ces entrainements est de s'entrainer à animer des ateliers de prévention en santé mentale et bien-être au travail.

Objectifs pédagogiques - Compétences visées

Ce que vous allez pouvoir développer durant ces entrainements :

- renforcer votre confiance dans l'animation d'ateliers en entreprise
- renforcer votre capacité à allier la sophrologie avec vos compétences en prévention en santé mentale et bien-être au travail

Public

Cette formation s'adresse aux seuls sophrologues déjà former en N1 formés chez Sophroforma+ ou quelque soit votre école (si vous avez été formés avant 2025-09)

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Pour les personnes en situation de handicap : nous vous invitons à contacter nos services avec pour objet : « Demande d'aménagement » pour nous permettre d'évaluer avec vous la possibilité d'adaptation à vos besoins.

Prérequis

Cette spécialisation est accessible aux seuls sophrologues certifiés comme sophrologue ET ayant le Niveau 1 – Devenir Sophrologue intervenant en prévention en santé mentale et bien-être au travail

Nous recommandons une formation initiale de minimum 300h avec une pratique encadrée « live » pour être confortable sur les bases sophrologiques. (Ex. d'écoles Sofrocay, Académie de sophrologie de Paris, IFS, CEAS, Cassiopée ... liste indicative non exhaustive).

Contenu - Programme

Entrainement sur une séquence du N1.

Méthodologie

- Entraînement pratique
- Coaching collectif
- Echange de pratiques

Outils

Mêmes séquences qu'en N1 + pour les plus anciens N1 une séquence sur l'intelligence émotionnelle

Modalités d'évaluation

Délivrance de certificat de compétences pour les sophrologues formés au N1 avant la mise en place de Sophroforma+ (Sept 2025) : Pour les sophrologues qui voudraient une certification IFQVT – Institut Français pour l'amélioration de la Qualité de Vie et des conditions de Travail, vous pouvez passer une équivalence en validant l'animation d'une séquence devant un jury d'équivalence

Intervenants

Les intervenants sont des sophrologues, formateurs de formateurs certifiés en QVCT, RPS et/ou TMS ou ont une expérience terrain effective de plusieurs années en entreprise.



Odette SANGARÉ



Patrick BOZIER



Amanda ROBINET

Suivant les sessions il peut s'agir de

- **Patrick Bozier,**
  - Sophrologue intervenant en prévention de la santé mentale et bien-être au travail et formateur QVCT RPS TMS PRAP depuis 20 ans,
  - Sophrologue expérimenté en cabinet
  - Ancien responsable de formation à l'INRS, habilité à la formation à l'INRS, Master en ingénierie de formation,
  - Directeur de l'IFQVT, Directeur pédagogique de l'ILQVT,
  - Sophrologue formé jusqu'au 12e degré à l'Académie de sophrologie de Paris et à l'IFS.

- **Odette Sangaré,**
  - Sophrologue intervenant bien-être au travail et formateur QVCT RPS depuis 8 ans,
  - Sophrologue expérimentée en cabinet et association spécialisée
  - Référente grands comptes et comptes internationaux à l'ILQVT,
  - Sophrologue formée jusqu'au 12e degré à l'Académie de sophrologie de Paris, à l'Institut Caycédo France (Sofrocay), à la Faculté de

médecine de St Etienne où elle a obtenu un Diplôme Universitaire en Sophrologie et techniques de relaxation et à l'IFS où elle a obtenu un titre inscrit au RNCP.
  - Habilitée comme formatrice en prévention des RPS par l'INRS et les CARSAT, le Ministère de l'éducation dans différents domaines d'intervention en lien avec cette formation.
  - Enseignante à l'université

- **Amanda Robinet,**
  - Sophrologue intervenant bien-être au travail depuis 4 ans, elle pratique au quotidien également.
  - Sophrologue formée à l'IFS où elle a obtenu un titre inscrit au RNCP et en sophrologie caycédienne.
  - Responsable du développement commercial des sophrologues formés à SophroForma+ pour encourager et faciliter le développement et la pérennité de leur activité
  - Habilitée comme formatrice en prévention des risques professionnels

Lieu

En visio Synchrone

Tarif

Gratuit

Et après ?

Et après ?

Cette spécialisation peut aussi **un tremplin pour aller plus loin**, selon vos envies : notre centre de formation continue dédié à la professionnalisation des sophrologues, vous accompagne dans votre développement professionnel au travers de différents axes

- Développer son activité :
  - Comme dans une pépinière d'entreprise, SophroForma + propose un accompagnement long et personnalisé d'un an pour développer et pérenniser votre activité (cabinet, entreprises, écoles, seniors).
  - Il est également possible de suivre un module court pour organiser son activité de façon à maximiser ses possibilités de vivre de son activité.
  - Un groupe de prospection pour vous sentir soutenu.e dans vos efforts dans ce domaine

- Développer une double compétence en QVCT et RPS : Pour booster votre activité, opter pour une double-formation qui allie sophrologie et compétences comme **formateur QVCT-RPS**, vous permet de proposer des approches préventives des risques psychosociaux, QVCT et de prévention en santé mentale au travail intégrant de la sophrologie à bon escient.

- Des modules courts complémentaires pour enrichir votre offre : suivant l'orientation que vous voulez donner à votre activité et la demande de vos clients, vous pouvez élargir les thématiques proposées dans votre offre aux entreprises avec des sujets RSE tels que diversité & inclusion, préparation à la retraite, ou des thématiques Santé au travail avec des sensibilisations en prévention des TMS, en prévention des risques liés à la sédentarité, pour la gestion du sommeil et de la récupération en contexte professionnel, pour la prévention de la fatigue visuelle, etc… en ligne avec les exigences légales et les préconisations des autorités …

- Voir l'ensemble des spécialisations disponibles

- Voir le planning

- Vous avez d'autres questions ? Accéder au FAQ ou contactez nous par email ou envoyez nous un court message via messenger (compte d'Odette)