

EIRL Isabelle LEFEVRE

18 rue du Connétable

60500 Chantilly

Email: isabelle.lefevrevallee@gmail.com

Tel: 0660579390



Document créé le 10 février 2022

Document mis à jour le 22/08/2023

8. Les outils pédagogiques sophrologiques: création de ses propres contes sophrologiques et utilisation du jeu de la Marche du Mandala (exclusivité de Isabelle LEFEVRE)

Cette formation offre la possibilité de créer une mallette d'outils sophrologiques et ludiques pour améliorer la qualité de l'activité professionnelle, applicables en clientèle soit en individuel, soit en groupe.

Le programme de cette formation propose d'apprendre à construire et créer des contes sophrologiques constitués de techniques sophrologiques et d'imagination. Cet outil est extraordinaire de simplicité et d'efficacité, adaptables à toutes les classes d'âge et à tous les thèmes.

Il permettra également d'utiliser un outil sophrologique exclusif "la Marche du Mandala" de Isabelle LEFEVRE. Ce jeu est associé à la tridimensionnalité de l'être, à la marche Kin hin.

Il ouvre la marche de notre destinée et de nos choix, de nos orientations de vie et répond aux questionnements les plus profonds. Avec une association du corps et de l'esprit très ludique est tout à fait applicable en milieu scolaire, institutionnel ou en entreprise.

Ces outils sophrologiques et ludiques, fruits de 25 ans d'expérience, se présentent sous les formes suivantes:

Des ateliers de pratiques sophro-ludiques et d'écritures de textes de contes appropriés selon thème, d'ateliers de pratiques de la "Marche du Mandala" adaptés à chaque situation professionnelle (sportif, scolaire, entreprise,...), et autres supports pré établis de guidance.

Cette formation est interactive laissant place à la créativité de chacun.

Elle se veut être le lien entre le sophrologue et l'enfant et les néophytes et leur permettre l'accès à la Sophrologie.

A l'issue de cette formation, l'apprenant maîtrisera la création de ses propres contes sophrologiques sur les bases des techniques de Sophrologie et pourra utiliser le jeu de La Marche du Mandala en situation professionnelle.

Objectifs pédagogiques du programme

Les objectifs pédagogiques de ce programme sont les suivants :

- Comprendre le rôle des contes sophrologiques et créer ses propres contes sophrologiques
- Comprendre la construction du conte sophrologique et l'adapter à chaque relaxation dynamique du cycle fondamental (RD1 - RD2 - RD3 - RD4)
- Comprendre la construction du conte "générique" et créer ses propres contes sophrologiques génériques selon l'âge et les besoins de l'enfant
- Comprendre la construction du conte à thème et créer ses propres contes sophrologiques à thèmes spécifiques (sommeil, harcèlement, ...)
- Découvrir et comprendre le jeu de la Marche du Mandala
- Apprendre à utiliser du jeu de la Marche du Mandala avec la marche méditative de la RD3 avec les cartes du jeu dans des domaines divers : en entreprise -en milieu scolaire - en cabinet.
- Adapter et concevoir ses propres protocoles et pratiques sophrologiques en théorie, en pratique et en ateliers.

EIRL Isabelle LEFEVRE | 18 rue du Connétable Chantilly 60500 | Numéro SIRET: 41487480000058 |

Numéro de déclaration d'activité: 22600200060 (auprès du préfet de région de: Hauts-de-France)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat.

EIRL Isabelle LEFEVRE

18 rue du Connétable
60500 Chantilly
Email: isabelle.lefevrevallee@gmail.com
Tel: 0660579390



Document créé le 10 février 2022
Document mis à jour le 22/08/2023

Durée du programme et Lieu

Le programme se déroule sur une durée de 8.00 heures, soit sur 1.00 journée.
Le programme s'établit sous la forme de formation à distance, par un système de visioconférence (plateforme Zoom).

Publics

Ce programme de formation s'adresse aux profils suivants :

- Sophrologues indépendants
- Organisme de formation en Sophrologie
- Sophrologue en entreprise

Cette formation est pensée pour accueillir de 4 à 25 participant.e.s maximum.

Prérequis

Ce programme de formation est sujet aux prérequis suivant :

- Etre certifié(e) en Sophrologie ou être stagiaire en cursus de Sophrologie
- Avoir à disposition un appareil numérique de type ordinateur ou tablette
- Parler et maîtriser la langue française

Accessibilité et délais d'accès

L'inscription à ce programme de formation doit respecter un délai de 5 jours avant la date de la formation.
Ce programme de formation est Accessible aux personnes handicapées.

Programme et contenu de la formation

- Généralités : les contes sophrologiques
 - Présentation des contes sophrologiques : Les contes des Relaxations Dynamiques, les contes génériques et les contes spécifiques à thème
- Les contes des Relaxations Dynamiques : les 4 techniques "Relaxations Dynamiques" revisitées par les contes sophrologiques selon l'âge de l'enfant.
 - Présentation des éléments des relaxations dynamiques
 - Atelier de création de contes sophrologiques de RD
- Les contes génériques : assembler les techniques et construire des contes sophrologiques génériques selon l'âge de l'enfant.
 - Présentation des éléments des techniques de construction des contes.

EIRL Isabelle LEFEVRE

18 rue du Connétable

60500 Chantilly

Email: isabelle.lefevrevallee@gmail.com

Tel: 0660579390



Document créé le 10 février 2022

Document mis à jour le 22/08/2023

- Atelier de création de contes sophrologiques génériques
- Les contes spécifiques à thème : Adapter les techniques spécifiques en contes sophrologiques thématiques selon les besoins et l'âge de l'enfant (sommeil, harcèlement, séparation,...).
 - Présentation des moyens et éléments pour construire les contes sophrologiques selon le thème choisi
 - Atelier de création de contes sophrologiques sur thèmes choisis
- Généralités : Le jeu de la marche du Mandala
 - Présentation des origines du Jeu de la Marche du Mandala.
- Utilisation du Jeu de la Marche du Mandala
 - Les différentes pratiques: ludique, classique et personnalisée en cas d'étude
 - Atelier de pratiques du Jeu de la Marche du Mandala en situations professionnelles.

Intervenante

La formation est menée par Isabelle LEFEVRE, Experte Sophrologue en Prévention et Éducation et spécialisée dans l'adaptation de la Sophrologie à l'Enfant et l'Adolescent et les troubles de l'apprentissage depuis 25 ans, intervenante et formatrice en écoles de Sophrologie certifiantes depuis 24 ans. Auteure de manuels pédagogiques de référence.

Qualités et indicateurs de résultats

Notes de performances moyennes sur la base des apprenants ayant répondu à l'évaluation de satisfaction depuis janvier 2023 (2 apprenants) :

Satisfaction générale de la formation : 5/5

Animation par la formatrice : 5/5

Efficacité de la formation : 5/5

Contenu de la formation : 5/5

Moyens pédagogiques et techniques

- Moyens pédagogiques :
 - Exposés théoriques
 - Études de cas concrets
 - Ateliers et travaux individuels ou par groupe
 - Supports pédagogiques de formation
 - Extranet : Mise à disposition en ligne de documents supports de la formation (dossier pédagogiques, supports de formation annexes, supports audio des exercices guidés)
 - Formation dispensée à distance (plateforme zoom pro)
 - Méthodes pédagogiques :
 - Méthode expositive : la formatrice expose le contenu et l'apprenant écoute et mémorise
 - Méthode interrogative : La formatrice interroge les apprenants qui répondent
 - Méthode co-active : la formatrice fixe le cadre et les apprenants résolvent un problème ou produisent un exercice en groupe
 - Modalités pédagogiques et techniques :
 - Formation à distance par visioconférence

EIRL Isabelle LEFEVRE | 18 rue du Connétable Chantilly 60500 | Numéro SIRET: 4148748000058 |

Numéro de déclaration d'activité: 22600200060 (auprès du préfet de région de: Hauts-de-France)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat.

EIRL Isabelle LEFEVRE

18 rue du Connétable

60500 Chantilly

Email: isabelle.lefevrevallee@gmail.com

Tel: 0660579390



Document créé le 10 février 2022

Document mis à jour le 22/08/2023

- Besoins spécifiques : Un ordinateur et une connexion internet sont nécessaires. Les liens de connexion à la visioconférence seront fournis aux apprenants au maximum 2 jours avant le début de la formation
- Handicap : les modalités pédagogiques et techniques peuvent être adaptées et les besoins spécifiques peuvent être pris en compte

Modalités de suivi et d'évaluation de la formation

- Modalités de suivi :
- Remise d'une convocation, du règlement intérieur, du livret d'accueil et du lien de visio conférence dans les 5 jours qui précèdent la formation
- Signature des feuilles d'émargement par demi-journée
- Évaluation des acquis de fin de formation par un quiz en ligne
- Remise d'une attestation de présence en fin de formation à l'apprenant
- Remise d'un certificat de réalisation de l'action de formation au commanditaire
- Modalités d'évaluation :
- Évaluation de préformation et d'auto-positionnement de l'apprenant
- Évaluation des acquis tout au long de la formation à travers des exercices d'auto-évaluation, de mises en situation, d'ateliers d'études de cas et de tours de table
- Évaluation de satisfaction à chaud en fin de formation
- Évaluation de satisfaction à froid 3 mois après l'action de formation

Modalités de réalisation

Modalités d'obtention et résultats attendus à l'issue de la formation : Présence et réussite à 80% du quiz final

Réalisation : Délivrance d'une attestation de présence et/ou un certificat de réalisation d'acte de formation

Coûts

En fonction des options pédagogiques souhaitées, le coût exact de cette formation est estimé par devis.

Le coût estimatif de cette formation de 8.00 heures est de 350.00€ par participant.e.

Un tarif préférentiel de 250.00€ est proposé aux sophrologues certifiés ou en cours de certification qui s'autofinancent (sans prise en charge d'OPCO ou d'entreprise).

Ces sommes sont exonérées de TVA sous le numéro de déclaration d'activité 22600200060 et selon accord de la DIRECCTE. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Contacts et informations complémentaires

Pour toute question d'ordre pédagogique, technique, administrative ou des possibilité de financements, n'hésitez pas à contacter :

- Madame Isabelle LEFEVRE-VALLEE, Responsable de l'Organisation et Formatrice

EIRL Isabelle LEFEVRE | 18 rue du Connétable Chantilly 60500 | Numéro SIRET: 4148748000058 |

Numéro de déclaration d'activité: 22600200060 (auprès du préfet de région de: Hauts-de-France)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat.

EIRL Isabelle LEFEVRE

18 rue du Connétable

60500 Chantilly

Email: isabelle.lefevrevallee@gmail.com

Tel: 0660579390



Document créé le 10 février 2022

Document mis à jour le 22/08/2023

- isabelle.lefevrevallee@gmail.com
- 06 60 57 93 90

Nous vous invitons également à consulter la Foire aux Questions disponible sur le site internet pour obtenir des informations sur les possibilités de financements.

Formation sur-mesure ?

Cette formation est disponible sous un format sur-mesure. Pour plus d'informations, nous vous invitons à contacter :

- Madame Isabelle LEFEVRE-VALLEE, Responsable de l'Organisation et Formatrice
 - isabelle.lefevrevallee@gmail.com
 - 06 60 57 93 90

Elle vous répondra sous 48 heures et vous recevrez sous 15 jours suivants les échanges une proposition sur-mesure (Programme, contenu et devis).