



Delphine Sophrologue



9 rue Scubilion - St Benoit

0692.07.53.81

contact@delphine-sophrologue.com



VIVRE
AUTREMENT

←  Consultations en Atelier
- en Groupe -

www.delphine-sophrologue.com





LA SOPHROLOGIE

C'est Quoi ?

Une discipline psychocorporelle qui étudie l'harmonie de la conscience.
Créée par le Pr Alfonso CAYCEDO, Neuro-psychiatre, elle s'inspire du **yoga**, du **zen** et du **bouddhisme**.



Le mieux-être ?

Vous souhaitez mener une action dans votre entreprise, vous organisez une rencontre, un forum pour vos salariés, pensez sophrologie. Sachez que votre action peut s'intégrer dans le **plan de formation des risques psycho-sociaux**.

Pour Quoi ?

- Capacités de détente
- Gestion du stress
- Gestion des émotions
- Confiance en soi
- Développement des capacités, des ressources, de la créativité

Des salariés qui vont bien, c'est aussi la garantie d'une entreprise en bonne santé !



Delphine Sophrologue

Je suis **Delphine LIBES**, sophrologue praticien diplômée de l'Ecole Française de Sophrologie (**EFS**) de la Réunion, certifiée par la Fédération des Ecoles Professionnelles en Sophrologie (**FEPS**). Mon titre est inscrit au Registre National des Certifications Professionnelles (**RNCP**) – (Niveau III).

Tarifs ?

SUR DEVIS
Me consulter

Comment ?

Ateliers sur-mesure en groupe
Maxi 15 personnes
1h30 ou 3h par semaine

**En moyenne
10 séances**

Animation
**Forum ou Journée
Mieux-Etre en
Entreprise**
Ateliers Découverte
Sophrologie

