

Stage

La Sophrologie en

milieu scolaire

Du lundi 08 juillet au vendredi 12 juillet 2019
13290 Aix les Milles

Chères amies,

Je suis très heureuse de pouvoir venir vous rencontrer dans votre région méridionale et de partager cette belle expérience du RNSE avec vous : la Sophrologie en milieu scolaire.

Le RNSE est en plein essor. Ce réseau national existe pour vous permettre de renforcer vos compétences et d'apporter une réelle crédibilité professionnelle auprès des établissements scolaires de votre région et de votre clientèle.

Avec le plaisir de vous faire vivre la sophrologie autrement.

Isabelle LEFEVRE VALLEE

1. Le RNSE	4
2. Ce que je vous propose	6
3. Les modules	9
1. Maternelle & Primaire	10
2. Collège et Sophrologie	12
3. Lycée et Sophrologie	14
4. Les DYS, les hauts potentiels, les TDA et la Sophrologie	18
5. Les Contes Sophrologiques & La Marche du Mandala, les outils pédagogiques	16
4. Informations & Modalités	20
5. Bulletin d'inscription	24

Le RNSE

LE RNSE

Isabelle Lefèvre Vallée est sophrologue depuis 23 ans, enseigne et collabore depuis 21 ans à l'Académie de Sophrologie de Paris.

Au contact de ses élèves, des sophrologues et de sa clientèle, elle a compris l'importance de développer la sophrologie pour l'ouvrir au plus grand nombre. L'enfant et l'adolescent sont devenus une de ses priorités. Elle a transmis son expérience par ses ouvrages « L'Enfant et la Sophrologie » et « L'Adolescent et la Sophrologie » (Ed. Ellébore) qui demeurent les ouvrages de référence.

Très vite, le monde scolaire a fait appel à son expérience et cela depuis 17 ans. La dyslexie et les troubles de l'apprentissage sont devenus incontournables. Isabelle Lefèvre Vallée a réalisé des protocoles pour les accompagner. « Accompagner la dyslexie avec la sophrologie ». (Ed. Ellébore)

Le Réseau National est devenu une évidence pour pallier aux demandes des sophrologues, des enseignants, des élèves et de leurs parents et pour saisir la possibilité de légitimer la sophrologie à l'école. Elle a créé des programmes par classe, aménagé des protocoles basés sur le jeu et la méthode sophrologique. Le Réseau National des Sophrologues à l'Ecole se veut être un appui inestimable pour les sophrologues qui désirent évoluer dans ce domaine et développer leur clientèle.



LE RNSE

Le Réseau National des Sophrologues à l'Ecole rassemble les sophrologues diplômés qui ont suivi les modules du RNSE couvrant les différents cycles d'études de l'Enfant et de l'Adolescent.

Ses modules du Réseau National ont pour but:

- D'apprendre aux sophrologues comment aborder le monde de l'éducation.
- De répondre aux besoins des sophrologues qui désirent se perfectionner dans le domaine de l'Education et de la Prévention de l'Enfant et de l'Adolescent scolarisés.
- D'offrir des programmes pour chaque classe commun à tous les membres assurant force et crédibilité.

Le réseau propose un annuaire professionnel servant de référence aux établissements scolaires.

Une passion pour la Sophrologie dans mon application, toujours phénoménologique sans jugement et sans a priori.

Aussi avec le souci que cette harmonie qui nous est si chère dans nos pratiques, nous allons ensemble la vivre.



CE QUE JE VOUS PROPOSE



CE QUE JE VOUS PROPOSE

Durant ces formations réparties en 5 modules, vous apprendrez comment aborder les établissements. Je vous proposerai un programme de base pour chaque tranche d'âge, commun à chacun des membres du RNSE auquel vous apporterez votre créativité et vos adaptations:

- **Module 1 : Maternelle et primaire** sur une journée
- **Module 2 : Collège** sur une journée
- **Module 3 : Le lycée** sur une journée
- **Module 4 : Dyslexie, haut potentiel, TDA et autres troubles** sur une journée
- **Module 5 : Apprendre à créer ses contes sophrologiques & L'utilisation de la marche du mandala** sur une journée

Mon désir est d'harmoniser la sophrologie à l'École afin d'éviter les doutes ou les questionnements des enseignants, des parents ou tous autres intervenants.



Les

Modules

PROGRAMME DU RNSE

Primaire &
Maternelle

Et Sophrologie

Le lundi 8 juillet 2019

OBJECTIFS DU MODULE

- Découvrir les caractéristiques des enfants de maternelle et de primaire
- Prise de conscience du schéma corporel et de la respiration
- Appliquer la méthode en classe.
- Créer ses protocoles et ses pratiques.



7 heures
réparties sur une
journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

MODULE L'ENFANT ET LA SOPHROLOGIE ADAPTEE A L'ECOLE

PROGRAMME

9h30 : Administratif – (remise des supports- feuilles de présence-règlement)

10h00 :

- Les interventions en maternelle et en primaire. Comment aborder les établissements.. Présentation des besoins en école maternelle. Les tranches d'âge

11:15 :

- Jeux d'approche du schéma corporel de la respiration : Exercices pratiques
- Techniques ludiques de sophrologie adaptées à la maternelle : théorie et pratiques. Les contes .
- Création de protocoles d'après les jeux proposés
- Protocoles à construire en atelier.

13h00 : Déjeuner

14h00 :

- Présentation des différentes classes de primaire et de leurs besoins spécifiques depuis le CP au CM2.
- Techniques ludiques de sophrologie adaptées aux élèves de primaires selon leur classe.
- CP: Découverte des apprentissages
- CE1: Gestion de la concentration
- CE2: Canalisation de l'énergie
- CM1: Méthodologie
- CM2: Méthodologie et préparation à l'entrée au collège

16:15 :

- Réalisations de protocoles d'après les jeux et les techniques proposés
- Protocoles à construire en atelier.
- Questions test
- Tour de table

17:30 : Fin de la session

PROGRAMME DU RNSE

Collège

et Sophrologie

Le mardi 9 juillet 2019

OBJECTIFS DU MODULE

- Découvrir les caractéristiques des élèves du collège
- Appréhender les différentes classes du collège.
- Créer ses protocoles et ses pratiques.
- Evoquer ses problématiques et trouver ses solutions sophrologiques.



7 heures réparties sur
1 journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

MODULE COLLEGE ET SOPHROLOGIE

PROGRAMME

9h30 : Administratif – (remise des supports- feuilles de présence- règlement)

10h00 :

- Présentation des différentes classes du collège et de leurs besoins spécifiques.
- Présentation des interventions en classe de type EPI et autres :
 - Techniques ludiques de respiration : Exercices pratiques.
 - Techniques ludiques de sophrologie adaptées aux classes de collège : Théorie et pratiques.

11:00-11:15 pause

- Mise en situation des protocoles proposés d'après les techniques étudiées
- Création de protocoles en atelier.

13h00 : Déjeuner

14h00 :

- Techniques de sophrologie adaptées aux élèves du collège selon leur classe.
- Théorie et mise en pratique :
 - La 6^{ème} : L'organisation
 - La 5^{ème} : La gestion du temps
 - La 4^{ème} : L'autonomie
 - La 3^{ème} : La préparation à l'examen

16:00-16:15 pause

- Mise en place de programmes et protocoles proposés d'après les techniques étudiées
- Protocoles à construire en atelier
- Questions test
- Tour de table

17:30 : Fin de la session

Lycée

Et Sophrologie

le vendredi 12 juillet 2019

OBJECTIFS DU MODULE

- Rencontrer les caractéristiques des lycéens.
- Adapter des techniques sophrologiques selon la classe
- Préparer les lycéens aux examens.
- Répondre aux problématiques du lycéen (motivation méthodologie...).



7 heures réparties sur
1 journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

MODULE LYCEE ET SOPHROLOGIE

PROGRAMME

9h30 : Administratif – (remise des supports- feuilles de présence- règlement)

10h00 :

- Présentation des interventions au lycée: Temps d'accompagnement personnalisé et autres programmes.
- La respiration : exercices pratiques.
- Techniques ludiques de sophrologie.

11:00-11:15 pause

- Techniques sophrologiques adaptées au lycée : théorie et pratiques.
- Programmes proposés d'après les techniques étudiées.
- Atelier de construction de protocoles.

13h00 : Déjeuner

14h00 :

- Présentation des différentes classes du lycée et de ses besoins spécifiques. Notions informatives de l'adolescent de ces âges et de ses besoins.
- Techniques ludiques de sophrologie adaptées aux élèves du lycée selon leur classe :

La Seconde :

Théorie et pratiques
Adaptation aux nouveaux rythmes
Méthodologie
L'orientation scolaire

La Première :

Théorie et pratiques
Le travail et la motivation
La créativité
Le Bac de Français

La Terminale :

Théorie et pratiques
Concentration, mémorisation
Méthodologie
Prép. aux révisions
Prép. à l'examen et aux concours

16:00-16:15 pause

- Programmes proposés d'après les techniques abordées.
- Atelier de construction de protocoles par classe.
- Questions test
- Tour de table

17:30 : Fin de la session

PROGRAMME DU RNSE

Les Contes Sophrologiques & La Marche Du Mandala Les outils pédagogiques

Le jeudi 11 juillet 2019

OBJECTIFS DU MODULE

- Un atelier de création de contes sophrologiques : Le conte est l'outil pédagogique qui donne accès à la sophrologie
 - Les différents contes: les relaxations dynamiques contées, contes génériques selon l'âge et le besoin, contes à thèmes spécifiques
 - Une demi journée pour activer votre capacité créatrice et surtout de réveiller l'enfant qui sommeille en vous, pour petits ou pour grands en y incluant les techniques sophrologiques nécessaires
- Un atelier d'initiation à l'utilisation du jeu de la Marche du Mandala.
 - Découverte de la marche méditative de la RD3 avec les cartes du jeu. Une utilisation ludique pour guider le néophyte comme l'initié à la sophrologie. et pour rencontrer sa tridimensionnalité. Formation à cet outil unique et exceptionnel dans des domaines divers: en entreprise: en milieu scolaire en cabinet



7 heures réparties sur
1 journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

MODULE LES CONTES SOPHROLOGIQUES & LA MARCHÉ DU MANDALA

PROGRAMME

9h30 : Administratif – (remise des supports- feuilles de présence- règlement)

10h00 :

- Les contes sophrologiques : Présentation & analyse
- Les contes de relaxation dynamique, génériques , à thèmes.
- Atelier de création de contes

11:00-11:15 pause

- Le conte de diagnostique, le conte générique
- Le conte spécifique : Conte à thème
- Atelier de création de contes

13h00 : Déjeuner

14h00 :

- Présentation du jeu : ses origines
- Ses objectifs
- Pratique avec la relaxation dynamique 3 conscience tissulaire

16:00-16:15 pause

- Ces différentes utilisations
- Pratiques sur thèmes
- Questions test
- Questionnaire de satisfaction
- Tour de table

17:30 : Fin de la session



PROGRAMME DU RNSE

Les « DYS »,
TDA, HP, HPI ...

et Sophrologie

Le mercredi 10 juillet 2019

OBJECTIFS DU MODULE

- Historique
- Découverte et généralités des enfants Dys,
- Créer ses protocoles et ses pratiques.
- Pratiquer en milieu scolaire avec ces enfants.
- Atelier : des réponses Sophros et Ludiques
- Qu'est-ce qu'un Haut Potentiel ?...
- Comportements, manifestations, besoins
- Protocoles et réponses
- Les Troubles de l'Attention
- Manifestations et conséquences
- Atelier en situation



7 heures réparties sur
1 journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

MODULE LES « DYS », « TDA » et « HP » ET SOPHROLOGIE

PROGRAMME

9h30 : Administratif – (remise des supports- feuilles de présence- règlement)

10h00 :

- Historique clinique de la Dyslexie
- Généralités sur les différents Dys
- Apprentissage
- Comportement
- Manifestation

11:00-11:15 pause

- Les besoins de l'élève
- Les conseils parents/enseignants

13h00 : Déjeuner

14h00 :

- Troubles de l'Attention : généralités
- Qu'est qu'un HP, HPI
- Bonheur ou malédiction ?
- Définition
- Manifestations
- Conséquences
- Besoins de l'élève
- Réponses Sophros et Ludiques

16:00-16:15 pause

- Programmes proposés d'après les techniques et jeux abordés.
- Questions test
- Tour de table

17:30 : Fin de la session



Informations & Modalités



Datadock

Organisme référencé Datadock pour prise en charge coûts de formation par fonds type FIFPI, Agefos Pme, ...



DATES A VENIR

- **Lundi 08 juillet 2019** : Module 1 - Maternelle/primaire
- **Mardi 09 juillet 2019** : Module 2 - Collège et Sophrologie
- **Mercredi 10 juillet 2019** : Module 4 - Les « DYS », les hauts potentiels, les TDA et Sophrologie
- **Jeudi 11 juillet 2019** : Module 5 - Les Contes Sophrologiques & La Marche Du Mandala, les outils pédagogiques
- **Vendredi 12 juillet 2019** : Module 3 - Lycée et Sophrologie



TARIFS & MODALITES DE PAIEMENTS

Les tarifs sont dégressifs

	Sans prise en charge	Dont Arrhes	Total	Avec prise en charge	Dont Arrhes	Total
Nombre de modules	Prix unitaire	Arrhes	Prix total pour les sessions choisies	Prix unitaire	Arrhes	Prix total pour les sessions choisies
1	200 €	60	200 €	250,0 €	75	250€
2	190 €	95	380 €	237,5 €	140	475€
3	180 €	160	540 €	225,0 €	200	675€
4	170 €	200	680 €	212,5 €	270	850€
5	160 €	240	800 €	200,0 €	300	1000€

Pour vos demandes de **prises en charges par FIFPL** (organisme payeur des indépendants), nous demander un devis que vous adresserez avec votre demande et le programme au **FIFPL**.

- **15 Euros de frais d'inscription et de dossier au RNSE quelque soit le nombre de modules choisis.**

Les arrhes sont à faire parvenir pour que votre inscription soit ferme avant le 30 avril 2019. Les arrhes vous engagent et sont non remboursables.

Le versement des arrhes et les modalités de règlement sont regroupés avec un tableau d'étalement de paiement selon le règlement du/des modules que vous aurez choisi(s).

Pour l'étalement des règlements vous indiquerez les dates d'encaissement au dos de vos chèques.

Le solde une semaine avant le début de la formation par chèque ou virement



SOLUTIONS DE PAIEMENTS

Les tarifs sont dégressifs

	Sans prise en charge	Dont Arrhes	Total	Avec prise en charge	Dont Arrhes	Total
Nombre de modules		Arrhes	Restant dû	Prix unitaire	Arrhes	Restant dû
1	200 €	60	140	250	75	175
2	380 €	95	285 (2x100+85)	475	140	335
3	540 €	160	380 (2x120+140)	675	200	475
4	680 €	200	480 (3x160)	850	270	580
5	800 €	240	560(2x180+200)	1000	300	700

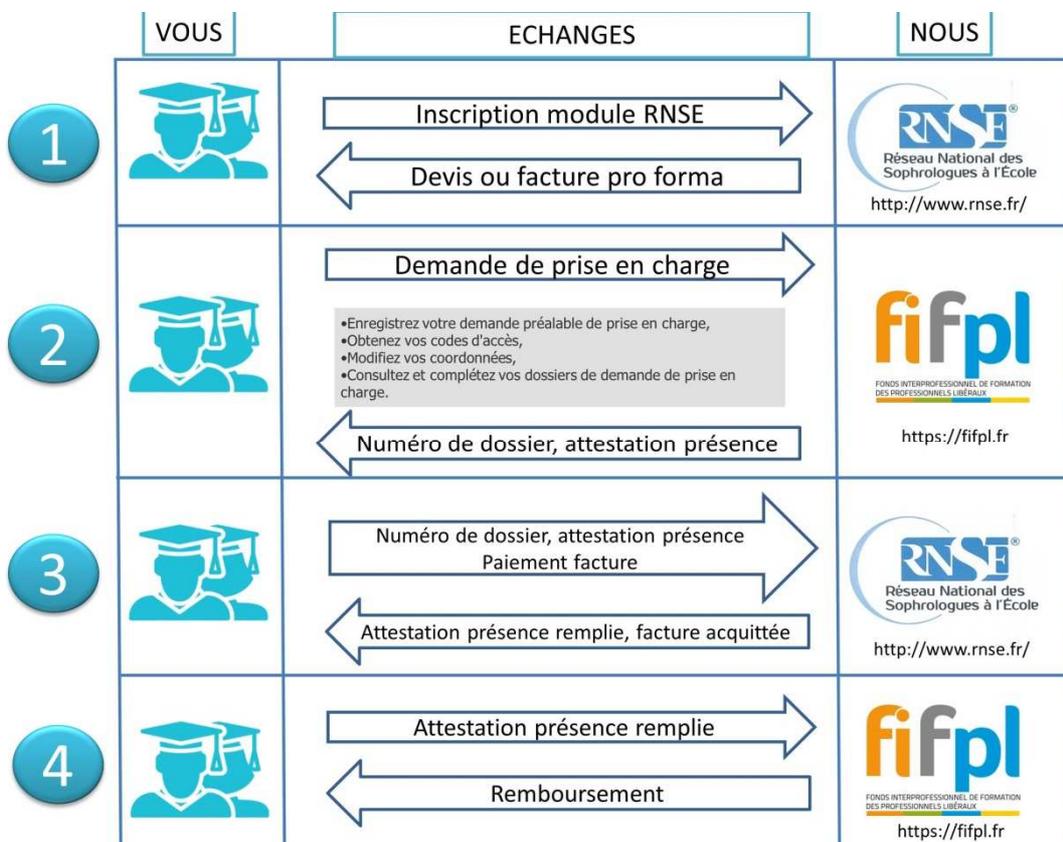
Chèques à l'ordre de EIRL Isabelle LEFEVRE. Virements :
IBAN FR76 3007 6021 4629 5633 0020 046 BIC : NORDFRPP

A retourner au 33 avenue du Maréchal Joffre 60500 CHANTILLY
ou par mail contact@rnse.fr



Modalités de prise en charge

<https://www.fifpl.fr/>

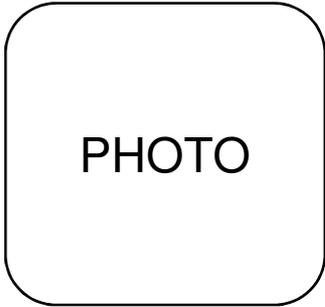


Pour vos demandes de **prises en charges par FIFPL** (organisme payeur des indépendants), nous demander un devis que vous adresserez avec votre demande et le programme au **FIFPL**.

- **15 Euros de frais d'inscription et de dossier au RNSE quelque soit le nombre de modules choisis.**



www.rnse.fr



BULLETIN D'INSCRIPTION RNSE

A retourner à Isabelle Lefèvre Vallée
33 avenue du Maréchal Joffre- 60500 Chantilly
Tel : 06.60.57.93.90
Ou par mail : rnse.contact@gmail.com
Accompagné d'un chèque de 15 €uros pour
l'inscription

A remplir par le RNSE
Dossier reçu le
.....

Mes Coordonnées Professionnelles

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Profession : Date de naissance : .. / .. /

Email :@.....

Téléphone : Téléphone portable :

Mon Parcours

Ecole de référence

Niveau

Année d'obtention du diplôme

Expérience

Fait à, le .. / .. /

Signature :

BULLETIN D'INSCRIPTION FORMATION

A retourner à Isabelle Lefèvre Vallée
33 avenue du Maréchal Joffre- 60500 Chantilly
Tel : 06.60.57.93.90
Ou par mail : nse.contact@gmail.com

A remplir par le RNSE
Dossier reçu le
.....

Mes Coordonnées Professionnelles

Nom : Prénom :

Email :@.....

Téléphone : Téléphone portable :

Choix des modules :

1 : Maternelle & Primaire
Lundi 8 juillet 2019

2 : Collège
Mardi 9 juillet 2019

3 : Lycée
Vendredi 12 juillet 2019

4 : Dys et HP
Mercredi 10 juillet 2019

5 : Contes et Mandalas
Jeudi 11 juillet 2019

Nombre de modules choisis :

Montant selon tableau : €

Frais de dossier : €

Montant Total : €

	Sans prise en charge	Dont Arrhes	Total	Avec prise en charge	Dont Arrhes	Total
Nbre de modules	Prix unitaire	Arrhes	Prix	Prix unitaire	Arrhes	Prix total
1	200 €	60	200 €	250,0 €	75	250€
2	190 €	95	380 €	237,5 €	140	475€
3	180 €	160	540 €	225,0 €	200	675€
4	170 €	200	680 €	212,5 €	270	850€
5	160 €	240	800 €	200,0 €	300	1000€

Fait à, le .. / .. / .. Signature :



Datadock

Chèques à l'ordre de EIRL Isabelle LEFEVRE. Virements :
IBAN FR76 3007 6021 4629 5633 0020 046 BIC : NORDFRPP



PROGRAMME DU RNSE

Stage

La Sophrologie en milieu scolaire 8 au 12 juillet 2019

Logements à proximité

<https://www.hotelarbois.com/fr/>

<https://www.abritel.fr/>

<https://www.accorhotels.com/fr/hotel-6372-ibis-budget-aix-en-provence-les-milles/index.shtml>

Chambres d'hôtes à votre convenance sur internet



7 heures réparties sur
1 journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s