



La Sophrologie en milieu scolaire

Programme du RNSE

ISABELLE LEFEVRE VALLEE
Formations et conseils

AIX LES MILLES
DU 12 AU 20 JUILLET 2021

190 rue Marcelle ISOARD 13290 Aix les Milles



LE PROGRAMME



1. Le RNSE	3
2. Ce que je vous propose	7
3. Le programme	8
Maternelle & Primaire	9
Collège et Lycée	11
Les Contes Sophrologiques & La Marche du Mandala, les outils pédagogiques	13
Les DYS, prévention au décrochage scolaire	15
Les Hauts Potentiels, les TDA	17
Harcèlement et agressions scolaires	19
Prévention et stratégies pour lutter contre les phobie scolaires	21
4. Informations & Modalités	23
5. Bulletin d'inscription	27



Qu'est-ce que c'est ?

Le Réseau National des Sophrologues à l'École est constitué de plus de 200 sophrologues diplômés. Ils disposent d'un référentiel structuré en commun et de protocoles spécifiquement dédiés aux enfants et adolescents en milieu scolaire.

Le partage des expériences de chacun participe à l'amélioration constante des techniques et protocoles proposés pour servir au mieux les besoins de l'élève et des enseignants.

Il couvre le territoire français et les DOM TOM (Guyane, la Réunion, Guadeloupe) et l'étranger (Luxembourg, suisse, Belgique, Angleterre, Dubai)

Pour qui ?

Les sophrologues diplômés

Le RNSE forme les sophrologues professionnels pour leur apporter les outils nécessaires pour intervenir en milieu scolaire. Appuyées sur 25 ans d'expériences de sa fondatrice, Isabelle LEFEVRE VALLEE, ces formations répondent aux besoins et aux demandes du monde scolaire et périscolaire.

Auprès de qui ?

Les élèves

Le Réseau National des Sophrologues à l'École intervient :

- A la maternelle dès 3 ans
- A l'école élémentaire du CP au CM2
- Au collège de la 6^{ème} à la 3^{ème} (préparation au brevet)
- Au lycée de la 2nd à la terminale (accompagnement à la réforme du baccalauréat)

Les enseignants, l'équipe pédagogique

Il permet aux enseignants ou à l'équipe pédagogique de trouver très rapidement des solutions pour des problématiques récurrentes (violence, troubles de l'attention...) ou ponctuelles (gérer un deuil, cas de harcèlement...) ou de pérenniser une bonne qualité d'apprentissage au sein du groupe par exemple...

Les parents d'élèves et association de parents d'élèves

Le RNSE organise à leur demande conférences, ateliers et rencontres pour apporter conseils et formations sur les thèmes qui sensibilisent les parents. (Les écrans et nos enfants, le stress à l'école...)



Comment intervenir?

Le sophrologue en coordination avec l'enseignant ou l'équipe pédagogique élabore et propose un programme d'intervention.

Selon la demande exprimée (apprendre à retrouver son attention rapidement, se concentrer en classe, se motiver pour ses devoirs, gérer son temps de travail, maîtriser son stress en situation d'examen, etc...) les interventions sont inscrites dans un calendrier adapté.

(ex : 4 séances de groupe de 45mn sur un mois pour apprendre à se concentrer – 2 séances de groupe par mois pendant 1 trimestre s'affirmer sans agressivité, se motiver au travail, s'intégrer au groupe – 1 séance de 2 h chaque mois de l'année scolaire pour une préparation au baccalauréat par la responsabilisation et l'autonomie)

Les avantages du RNSE

Pour le sophrologue

Une formation reconnue Datadock

Des supports pédagogiques

Des programmes et protocoles types de base

L'adhésion à une charte de bienveillance

La possibilité d'échanges d'expériences

Inscription au répertoire professionnel

Pour les établissements scolaires

Un réseau assurant le professionnalisme de la sophrologie

Une qualité d'intervention sur mesure

L'intervention de sophrologues professionnels spécialisés

Un site rNSE.fr visible et explicatif

L'origine, la fondatrice

Isabelle Lefèvre Vallée est sophrologue depuis 23 ans, enseigne et collabore depuis 22 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 18 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 les 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'École se veut être un appui inestimable pour les sophrologues qui désirent évoluer dans ce domaine et développer leur clientèle.

Le RNSE

Ce que le RNSE
VOUS
propose





Les formations

Elles sont proposées sur 7 jours

Elles abordent les différents cycles de l'Education Nationale. Les sessions sont composées de théorie et de pratiques. Elles vous offrent des fiches pédagogiques et des programmes. Ces programmes de base sont commun à chacun des membres du RNSE ainsi que des protocoles, des techniques ludiques pour chaque classe, auquel chaque sophrologue apporte sa créativité et ses adaptations.

Le but étant **d'harmoniser la Sophrologie à l'Ecole** afin d'éviter les doutes ou les questionnements des enseignants, des parents ou tous autres intervenants sur la méthode elle même.

- **L'école primaire : Maternelle et élémentaire** le lundi 12 juillet 2021
- **Le Collège- Le lycée** le mardi 13 juillet 2021
- **Apprendre à créer ses contes sophrologiques & utilisation de la marche du mandala** le mercredi 14 juillet 2021
- **Dyslexie et autres troubles, prévention au décrochage scolaire** le jeudi 15 juillet 2021
- **Haut Potentiel, TDA** le vendredi 16 juillet 2021
- **Harcèlement & agression scolaires** le lundi 19 juillet 2021
- **Phobies scolaires** le mardi 20 juillet 2021

Le RNSE

Les

FORMATIONS

Du 12 au 20 juillet 2021



EIRL Isabelle LEFEVRE - 18 Rue du Connétable 60500 CHANTILLY
SIREN: 414874800 – NDA: 22600200060

Le RNSE

MATERNELLE & ELEMENTAIRE Et Sophrologie

Le lundi 12 juillet 2021



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 1 journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



**Sophrologues
diplômé(e)s**

LE 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



Le RNSE

COLLEGE & LYCEE Et Sophrologie

Le mardi 13 juillet 2021



OBJECTIFS DU MODULE

- Découvrir les caractéristiques des élèves du collège et du lycée
- Appréhender les différentes classes du collège et du lycée.
- Créer ses protocoles et ses pratiques.
- Evoquer ses problématiques et trouver ses solutions sophrologiques.
- Préparer les lycéens aux examens.
- Répondre aux problématiques du lycéen (motivation méthodologie)



7 heures réparties
sur une journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



**Sophrologues
diplômé(e)s**



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

10h00 :

- 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

11:00-11:15 pause

- Techniques ludiques de respiration : Exercices pratiques.
- Techniques ludiques de sophrologie adaptées aux classes de collège : Théorie et pratiques.
- 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 :

Le nouveaux stress
Adaptation aux
nouveaux rythmes
Méthodologie
L'orientation scolaire

La Première :

La réforme
Le travail et la
motivation
La créativité
Le Bac de Français

La Terminale :

La reforme
Concentration,
mémorisation
Le grand oral
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



Le RNSE

Les contes Sophrologiques &
La marche du Mandala

Et Sophrologie
Le mercredi 14 juillet 2020



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 une journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

LE 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



Le RNSE

Les « DYS » & Prévention au décrochage scolaire

Et Sophrologie

Le jeudi 15 juillet 2020



OBJECTIFS DU MODULE

- Historique et découverte et généralités des enfants Dys et leurs besoins
- Créer ses protocoles et ses pratiques.
- Pratiquer en milieu scolaire avec ces enfants.
- Atelier : des réponses Sophro et Ludiques
- Le décrochage scolaire: définition
- Le décrochage et l'action de l'Education Nationale
- Protocoles et programmes d'intervention
- ateliers



7 heures réparties
sur une journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



**Sophrologues
diplômé(e)s**

LE 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 :

- Le décrochage scolaire
- Définition de l'éducation Nationale
- Les processus
- 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



Le RNSE

Les hauts potentiels &
Les troubles de l'attention

Et Sophrologie

Le vendredi 16 juillet 2020



OBJECTIFS DU MODULE

- Qu'est-ce qu'un Haut Potentiel ?...
- Comportements, manifestations, besoins
- Protocoles et réponses sophrologiques
- Atelier de réflexion
- Les Troubles de l'Attention
- Manifestations et conséquences
- Atelier de mise en situation



7 heures réparties
sur une journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



**Sophrologues
diplômé(e)s**

LE PROGRAMME



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

10h00 :

- Qu'est qu'un HP, HPI
- Bonheur ou malédiction ?
- Définition
- Manifestations
- Conséquences

11:00-11:15 pause

- Besoins de l'élève
- Réponses Sophro et Ludiques
- Ateliers

13h00 : Déjeuner

14h00 :

- Troubles de l'Attention : généralités
- Les besoins de l'élève
- Les conseils parents/enseignants

16:00-16:15 pause

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

17:30 : Fin de la session



Le RNSE

HARCÈLEMENT & Agressions scolaires

Et Sophrologie

Le lundi 19 juillet 2021



OBJECTIFS DU MODULE

- Définitions et manifestations du harcèlement
- Accompagnement pour vaincre la problématique
- Les agressions en milieu scolaire
- Manifestations et réponses
- Développement de stratégies de prévention en milieu scolaire



7 heures réparties
sur une journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



**Sophrologues
diplômé(e)s**

LE PROGRAMME



Harcèlement, agressions et troubles en milieu scolaire

9h30 : Administratif – **Tour de table des participants- recueil des demandes – présentation du RNSE**

10h00 :

- Présentation des différents aspect du harcèlement, de l'agressivité en milieu scolaire
- Manifestations des personnes harcelées, agressée

11:00-11:15 pause

- Présentation du harceleur, du ou des agresseurs
- Les techniques pour renforcer l'affirmation de soi - Pratique
- Les techniques de confiance en soi - Pratique

13h00 : Déjeuner

14h00 :

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

16:00-16:15 pause

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

17:30 : Fin de la session



Le RNSE

PREVENTION ET STRATEGIES

pour lutter contre
Les phobies scolaires et
autres troubles scolaires

Et Sophrologie
Le Mardi 20 juillet 2021



OBJECTIFS

- Comprendre les problématiques nouvelles en classe : confinement, dé confinement, etc...
- Faire face aux situations anxieuses engendrées par la pandémie
- Evaluer une phobie scolaire
- Prévention et mise en place de stratégies



7 heures réparties
sur une journée



190 rue Marcelle ISOARD
13290 Aix les Milles



Sophrologues
diplômé(e)s

LE PROGRAMME



9h30 : Administratif – **Tour de table des participants- recueil des demandes – présentation du RNSE**

10h00 :

- Présentation des différentes conséquences du confinement sur les enfants scolarisés
- Manifestations selon l'âge de l'enfant et réflexions

11:00-11:15 pause

- Présentation des phobies scolaires et autres troubles
- Les techniques pour renforcer l'affirmation de soi - Pratique
- Les techniques de confiance en soi - Pratique

13h00 : Déjeuner

14h00 :

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

16:00-16:15 pause

- Mise en place de programmes de prévention et protocoles proposés
Protocoles à construire en atelier
- Questions test
- Tour de table

17:30 : Fin de la session



Le RNSE

Informations

& Modalités





DATES A VENIR

Lundi 12 juillet 2021 : Maternelle/primaire

- **Mardi 13 juillet 2021** : Collège et Lycée
- **Mercredi 14 juillet 2021** : Les Contes Sophrologiques & La Marche Du Mandala, les outils pédagogiques
- **Jeudi 15 juillet 2021** : Les « DYS », prévention au décrochage
- **Vendredi 16 juillet 2021** : les Hauts Potentiels, les TDA
- **Lundi 19 juillet 2021** : Harcèlement et agressions
- **Mardi 20 juillet 2021** : Confinement et phobies scolaires



TARIFS & MODALITES DE PAIEMENT

	Sans prise en charge	Prix Total	Avec prise en charge	Prix Total
Nombre de journées	Prix unitaire	Prix total pour les journées choisies	Prix unitaire	Prix total pour les journées choisies
1	250 €	250 €	350 €	350€
2	240 €	490 €	340 €	690€
3	230 €	720 €	330 €	1020€
4	220 €	940 €	320€	1340€
5	210 €	1150 €	310 €	1650€
6	200 €	1350 €	300 €	1950 €
7	200 €	1350 €	300 €	2250 €

La 7^{ème} journée est offerte.

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**.

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

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





Modalités de prise en charge

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

<https://www.agefice>

	VOUS	ECHANGES	NOUS
1		<p>Inscription module RNSE</p> <p>Devis ou facture pro forma</p>	 http://www.rnse.fr/
2		<p>Demande de prise en charge</p> <ul style="list-style-type: none"> •Enregistrez votre demande préalable de prise en charge, •Obtenez vos codes d'accès, •Modifiez vos coordonnées, •Consultez et complétez vos dossiers de demande de prise en charge. <p>Numéro de dossier, attestation présence</p>	 https://fifpl.fr
3		<p>Numéro de dossier, attestation présence Paiement facture</p> <p>Attestation présence remplie, facture acquittée</p>	 http://www.rnse.fr/
4		<p>Attestation présence remplie</p> <p>Remboursement</p>	 https://fifpl.fr

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

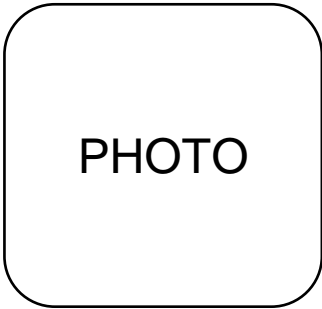
Pour vos demandes de **prise en charge par AGEFICE** (organisme payeur des indépendants dirigeants), nous demander un devis un mois avant la formation que vous adresserez avec votre demande et le programme a AGEFICE.

- **25 Euros de frais d'inscription et de dossier au RNSE quelque soit le nombre de journées choisies.**





EIRL Isabelle LEFEVRE 33 avenue du Maréchal-Joffre 60500 CHANTILLY
 SIREN: 414874800 – NDA: 22600200060
 www.rnse.fr



BULLETIN D'ADHESION au RNSE

A retourner à Isabelle Lefèvre Vallée
 18 rue du Connétable 60500 Chantilly
 Tel : 06.60.57.93.90
 Ou par mail : rnse.contact@gmail.com
 Accompagné d'un chèque de 25 € pour
 l'inscription au rnse

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 Sophrologie de référence

Année d'obtention du diplôme

Niveau d'études principales

Profession / Expérience

Fait à, le .. / .. /

Signature :

BULLETIN D'INSCRIPTION FORMATION

A retourner à Isabelle Lefèvre Vallée
18 rue du Connétable 60500 Chantilly
Tel : 06.60.57.93.90
Ou par mail : rns.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 12 juillet 2021

5 : Haut potentiel & TDA
Vendredi 17 juillet 2021

2 : Collège & Lycée
Mardi 13 juillet 2021

6 : harcèlement et agression
Lundi 19 juillet 2021

3 : Contes et Mandalas
Mercredi 14 juillet 2021

7 : confinement phobie scolaire
Mardi 20 juillet 2021

4 : Dys et décrocheurs
Jeudi 16 juillet 2021

Frais inscription RNSE: €

Montant selon tableau €

Frais de dossier : €

Montant Total : €

Nombre de journées choisies :

	Sans prise en charge	Prix Total	Avec prise en charge	Prix Total
Nbre de journées	Prix unitaire	Prix	Prix unitaire	Prix total
1	250 €	250 €	350 €	350 €
2	240 €	490 €	340 €	690 €
3	230 €	720 €	330 €	1020 €
4	220 €	940 €	320€	1340 €
5	210 €	1150 €	310 €	1650 €
6	200	1350 €	300 €	1950 €
7	200	1350 €	300 €	2250 €

La 7^{ème} journée est offerte

Fait à, le .. / .. / .. Signature :

Stage du 12 au 20 juillet 2021



Contact

Isabelle LEFEVRE VALLEE
18 rue du Connétable 60500 CHANTILLY
0660579390
Rnse.contact@gmail.com

Documents à télécharger sur le rnse.fr

Le programme
Les contrats
Le règlement intérieur

Le lieu

Ecole AIX MARSEILLE
Justine RICHARD
190 rue Marcelle ISOARD 13290 Aix les Milles
06 59 71 69 56
Sophro.aix@gmail.com

Restauration

Possibilité de déjeuner sur place
Restauration rapide
Restaurants

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

