SophroKhepri **s’appuie sur une équipe de thérapeutes, coachs et formateurs certifiés et expérimentés en QVT avec une expérience significative de l’entreprise.**

Notre Centre est **un lieu d’écoute** dédié aux salariés où chacun peut se faire accompagner en toute confidentialité hors du champ professionnel en cas de souffrance psychique, de stress ou de troubles anxieux, fatigue chronique à travers des disciplines permettant de retrouver un équilibre entre vie personnelle et professionnelle.

Le concept de SophroKhepri comporte des techniques de communication collaboratives et créatives, ainsi que des pratiques thérapeutiques liant le corps, les émotions, les flux énergétiques et le mental.

La grande **particularité de SophroKhepri est sans doute sa capacité à garantir du sur-mesure**. Nous ne disposons pas de solutions prêtes à l’emploi. Nous **élaborons nos programmes en co-construction avec nos clients.** Les outils de communication que nous transmettons aux groupes collaboratifs permettent de dialoguer et de travailler ensemble en améliorant le climat social. Nous **créons du lien entre les personnes au sein même des entreprises où nous intervenons.**

**Prévenir, c’est apprendre à décompresser :** Nous proposons à nos clients de s’initier aux **différentes pistes pour améliorer la QVT en partenariat avec la SCOP «Performance QSE»:** Découverte de différents ateliers de bien-être, au choix, autour d’une thématique liée au travail, conférences de sensibilisation aux neurosciences, aux conséquences sur la santé du stress, du burn-out… **Formations sur l’amélioration de la qualité de vie au travail par de nouvelles pratiques managériales (démarches Qualité, RSE, co-développement, gestion des conflits, amélioration de la communication interpersonnelle).**

**C’est se reconstruire :** Nous proposons aux entreprises **des formules pour aider leurs collaborateurs à se ressourcer naturellement (travailler sur soi, apaiser son esprit, mettre son corps en mouvement, expérimenter des méthodes thérapeutiques manuelles).**

La synergie de nos **techniques pluridisciplinaires** ayant depuis longtemps **fait la preuve de leur efficacité, chacun bénéficie d’un accompagnement global.**

Les disciplines que nous proposons permettent de mieux appréhender des situations stressantes, voire d’épuisement professionnel (burn’out) et retrouver un équilibre entre vie personnelle et professionnelle.

De plus, nous organisons des groupes d’expression des salariés autour de la santé au travail : «sortir du burn-out». **L’innovation est de proposer ces accompagnements de manière coordonnée et sur un seul lieu.** Dans ce cadre-là, nous avons mis en place des ateliers collectifs (sophrologie, auto massage, yoga du rire, relaxation, méditation…) et des prestations individuelles (massages assis ou allongés, réflexologie plantaire, chiropraxie pour soulager notamment les troubles musculo-squelettiques, ostéopathie, nutrition, hypnothérapie, sophrologie, coaching en Emotionnel Freedom Technique, cohérence cardiaque…).

**Enfin, c’est un temps de ré-intégration professionnelle** : après une longue absence, c’est **retrouver sa place à l’aide d’un repositionnement professionnel, bilan de transition de vie, bilan de compétence, bilan de personnalité, accompagnement de projets.**

Préparation mentale habituellement réservée aux sportifs de haut niveau, reprendre confiance en soi, retrouver une meilleure estime de soi. Etudier les conditions de la reprise, se sentir bien physiquement, moralement, être de nouveau en accord avec son aspect physique après une maladie longue.

**500 signes :**

SophroKhepri s’appuie sur une équipe de thérapeutes, coachs et formateurs certifiés et expérimentés en QVT avec une expérience significative de l’entreprise. Notre Centre est un lieu d’écoute dédié aux salariés où chacun peut se faire accompagner en toute confidentialité en cas de souffrance psychique, de stress ou de troubles anxieux, fatigue chronique à travers des disciplines permettant de retrouver un équilibre entre vie personnelle et professionnelle. Le concept de SophroKhepri comporte.

**SophroKhepri =** décompression, reconstruction, réintégration : Un lieu d’accompagnement global et d’écoute confidentiel. Apprendre des moyens simples pour travailler mieux en prenant soin de soi avec des experts en QVT. Prévenir les effets du stress en trouvant les clefs d'un bon équilibre travail-santé-vie personnelle ; vivre pleinement et sereinement sa vie professionnelle grâce à des pratiques thérapeutiques pluridisciplinaires ayant fait la preuve de leur efficacité.

**SophroKhepri = décompression, reconstruction, réintégration : Un lieu d’accompagnement global et d’écoute en toute confidentialité. Apprendre des moyens simples pour travailler mieux en prenant soin de soi avec des experts en QVT. Prévenir les effets du stress en trouvant les clefs d'un bon équilibre travail-santé-vie personnelle ; vivre pleinement et sereinement sa vie professionnelle grâce à des pratiques thérapeutiques pluridisciplinaires ayant fait la preuve de leur efficacité.**

**SophroKhepri :** un lieu de décompression, de reconstruction et de réintégration de vie professionnelle. Un lieu d’accompagnement global et d’écoute en toute confidentialité, des experts en techniques thérapeutiques pluridisciplinaires, coaches et formateurs certifiés et expérimentés en QVT. Des pratiques ayant fait la preuve de leur efficacité, permettant de se ressourcer naturellement. Des formations co-construites avec nos clients créant du lien où nous intervenons pour l’amélioration de la QVT.