**Sommaire (page de gauche)**

**Formation**

**Ateliers Découvertes**

**Une communauté**

**Accompagnement individuel ou collectif**

**Nous contacter**

**~~Je suis un Professionnel de Santé~~**

**Photo à changer**

* 1. **Qu'est que le centre SophroKhepri apporte aux professionnels de santé ?**

Chaque professionnel est régulièrement confronté à des situations délicates dans sa vie quotidienne. Être soignant signifie assumer des responsabilités qui ne sont pas toujours faciles à appréhender et à gérer. Chacun de nous n’a pas les mêmes moyens pour faire face. SophroKhepri vous propose des **stages spécialisés (lien vers stages)** pour vous accompagner et vous permettre de vous détendre et de relativiser certaines situations difficiles qui pourraient générer un stress récurrent.

Des formations en développement personnel pour exercer son métier sans s’épuiser et sans stress. (contact)

**Des formations pour les auxiliaires de vie, aidants familiaux, infirmiers, aides-soignants :**

* + A la gestion du stress pour eux-mêmes et pour améliorer la relation avec leurs malades,
  + Apprendre à savoir préserver son équilibre psychique dans le cadre de la relation aidants – malades.

Les stages proposés vous aident à vous recentrer sur l’essentiel dans votre vie, à lui donner une cohérence. Votre esprit est apaisé, vous arrêtez de réfléchir sans cesse à tout. Vous profitez d’une vie plus tranquille, posée et équilibrée, sans avoir à abandonner vos projets.

Vous reprenez contact avec vos ressources internes.

A l’écoute de vos besoins, des difficultés que vous rencontrez dans votre quotidien professionnel et de vos objectifs, nous vous proposons des méthodes des plus efficaces pour vous permettre de vous épanouir dans votre métier, d’en retrouver le plaisir et le sens. Vous découvrirez le potentiel sommeillant en vous et mieux l’utiliser et transformer votre stress en énergie positive.

* + 1. **Services proposés**
       1. **Ateliers découvertes interactifs (lien vers la vie du centre)**
       2. **Prise en charge individuelle**
       3. **Accompagnement individuel et collectif**
       4. **Communauté de soignants (groupe d’échange de pratiques entre pairs)**
  1. **Nous contacter**