**Consignes en bleu, bon courage !**

**SophroKhepri : toujours en bleu pantone et gras et K majuscule**

BANDEAU : enlever la photo transparente et ajouter la base line : équilibre, santé et qualité de vie au travail enlever tous les autres mots

Insérer la charte graphique comme sur la carte de visite (vous avez le pantone)

Et insérer au-dessous des 9 onglets les 7 photos choisies

**ONGLET 1 ACCUEIL**

Les pictogrammes correction à animer versus une impulsion au curseur

Au-dessous des images et au-dessus des pictos le slogan :

*« Pour que toutes les médecines agissent ensemble ! »*

1. Le centre
2. Je suis un thérapeute
3. Je suis un particulier
4. Je suis un professionnel de santé
5. Je suis une entreprise
6. Soins proposés
7. Partenaires
8. SophroKhepri online
9. Précocité intellectuelle

EN DESSOUS DES PICTOS à centrer

BIENVENUE CHEZ SOPHROKHEPRI !

Pôle santé et mieux-être®

Psychologie - Sophrologie – Thérapies – Précocité intellectuelle – orientation scolaire et professionnelle

RETIRER :

* SPECIALITES
* CENTRE SOPHROKHEPRI
* LA PHOTO DE LA GARE

A CREER BANDEAU horizontal sur une ligne, adapter la police

Titre : VENIR CHEZ NOUS

CONTACT

188 Grande rue Charles de Gaulle

94130 Nogent sur Marne

contact@sophrokhepri.fr

[www.sophrokhepri.fr](http://www.sophrokhepri.fr)



114 Gare du Raincy – Villemomble Château de Vincennes.

116 Rosny-sous-Bois - RER Val de Fontenay - Champigny - Saint-Maur RER.

120 Nogent - Noisy-le-Grand Mont d'Est ou Mairie.

210 Château de Vincennes - Gare de Villiers.

317 Nogent Gare SNCF - Créteil Hôtel de Ville.

113 Nogent-Chelles



[RER](http://www.ratp.fr/fr/ratp/c_23613/plans-rer) E : Nogent- Le Perreux, RER A : Nogent sur marne

Photo plan à recuperer lien sur la boite mail d’evelyne



AJOUTER LE PLAN DU SITE EN BAS DE PAGE

Pourquoi Khépri : Venir à l'existence, Etre et Devenir

Le scarabée est le symbole égyptien représentant le cycle solaire du jour et de la nuit, un symbole de résurrection. Image terrestre de Rê (dieu du soleil) et du soleil qui renaît à lui-même

Le scarabée, vient du verbe égyptien : Kheper “se créer, se former”.

Le scarabée porte la boule énorme du soleil entre ses pattes :

Comme le dieu solaire revient des ombres de la nuit. Les ancêtres lointains avaient nommé “kheprer” cet insecte. Quand vint l’écriture

hiéroglyphique, le scarabée fut utile pour noter un terme aussi abstrait et complexe que “venir à l’existence, être et devenir”.

Cette homophonie associa le scarabée à la notion de création spontanée qu’incarne Rê lorsqu’il est Khépri, dieu du Soleil Levant. Le soleil, comme les scarabées, surgit complètement formé de la terre. C’est pour cette raison que le soleil levant porte le nom de “Khepri-kheper-emta”,Khepri qui est advenu de la terre.

**SophroKhepri**  s’est donné pour mission de promouvoir une médecine intégrative centrée sur la personne, alliant médecine conventionnelle, médecine traditionnelle et médecine alternative (thérapies complémentaires ou naturelles), en tenant compte de l’individu dans sa globalité (dans ses dimensions physiques, mentales, émotionnelles, familiales et socioculturelles).

L’objectif de **SophroKhepri** est d’offrir un espace ouvert de pratiques de thérapies paramédicales par une stratégie d’intelligence collective pour :

• Thérapeutes

• Professionnels de santé

• Particuliers

• Entreprises

**Dans ce contexte, SophroKhepri se veut une passerelle interactive proposant :**

* Une approche holistique de la personne (multidimensionnelle et individualisée)
* Un diagnostic personnalisé
* Un accompagnement pédagogique
* Des techniques thérapeutiques complémentaires à la prise en charge conventionnelle
* Un suivi à distance

Par cette démarche intégrative, SophroKhepri invite les professionnels de la santé (des secteurs médicaux et paramédicaux), à rejoindre son pôle santé d’expertise pluri et interdisciplinaire et par là même, à rejoindre les acteurs du changement de paradigme qui s’opère aujourd’hui dans le secteur de la santé.

Dans un esprit de collaboration et dans le respect des champs d’expertise de chacun.

**ONGLET 2 Le Centre**

SUPPRIMER : le mot Présentation

Pôle santé et Mieux-être®

Psychologie - Sophrologie - Thérapies - Précocité intellectuelle

Orientation scolaire et professionnelle

RETIRER : conseil, accompagnement et formations, gestion de crise, gestion des émotions et du stress, gestion des risques psychosociaux, développement personnel. mettre dans spécialisation du centre

Diaporama 🡺 RETIRER : photo du jardin et remplacer par photo cabine 02MAN\_6745 + 14MAN\_6807

Supprimer la salle d’attente et remplacer par 13MAN\_6752V2

**SophroKhepri** est un lieu d’opportunités où toutes les médecines se parlent afin de créer des communautés de pairs, de partager connaissances, compétences, bonnes pratiques pour une offre globale d’actions de prévention. Cette mixité professionnelle favorise l’échange d’informations, la gestion des risques de souffrance et les soins nécessaires, ainsi que la gestion des diagnostics, de développement personnel et son accompagnement adéquat.

Les thérapies sont individuelles ou collectives en cabinet ou à distance.

Ce centre a la particularité d’offrir une **Unité spécialisée Enfants Précoces** et adultes surdoués en difficulté avec diagnostics de la précocité intellectuelle et TDAH.

L’objectif de SophroKhepri est d’offrir un espace ouvert de pratiques de thérapies alternatives et paramédicales par une stratégie d’intelligence collective, auprès des particuliers, des d’entreprises, aidants familiaux et autres professionnels de santé dans les domaines de la mesure et de la gestion du stress, chocs émotionnels, dépression, gestion des conflits, santé, qualité de vie au travail et bilans de compétences pour les adultes.

La photo de la personne et bol n’est pas adéquate à retirer

SophroKhepri est un Centre de santé et de mieux-être où les thérapies et les pratiques psycho-corporelles-énergétiques agissent sur le psychisme par l’intermédiaire du champ énergétique corporel.

**Les indications thérapeutiques :**

* Traitement du stress post-traumatiques et souvenirs douloureux
* Deuils
* Dépression
* Burnout
* Troubles anxieux
* Phobies
* Obsessions
* Affections psychosomatiques
* Douleurs physiques
* Rupture
* Relation intra-utérine avec l’enfant
* Sentiment d’abandon

**La vocation du centre est de permettre :**

**Aux thérapeutes**

De profiter du centre pour exercer en réservant des espaces de travail équipés et accessibles par une utilisation sans contrainte. Des comités de co-working animent le développement de leur activité.

**Aux particuliers**

De bénéficier de services d'expert au sein de ce pôle santé et mieux-être multi intervenants en :

* Psychologie - Sophrologie - Thérapies brèves - Précocité intellectuelle
* Orientation scolaire - Bilan professionnel.
* Conseils, accompagnement et formations
* Gestion de crise
* Gestion des émotions et du stress
* Gestion des risques psychosociaux
* Développement personnel

**Aux entreprises**

* D’avoir un conseil en stratégie sociale, management du changement et communication.
* Concrètement, nous aidons les entreprises à construire un management de la santé, en l'intégrant aux projets et aux enjeux de l'entreprise par un accompagnement spécifique auprès :
	+ des équipes de direction pour accompagner leur dynamique humaine
	+ des équipes des Ressources Humaines, pour proposer des actions de prévention et de communication, leviers d’un bon climat social
	+ des managers pour les orienter vers une posture managériale leur permettent de prévenir les risques psychosociaux au sein des équipes
	+ des collaborateurs pour les aider à mieux se connaître en situation de stress (gestion de conflits, capacité de récupération, vigilance, aptitudes relationnelles)

**Aux professionnels de santé**

* Se former en développement personnel pour exercer sans s’épuiser et sans stress
* Améliorer la relation avec les malades
* Apprendre à savoir préserver son équilibre psychique dans le cadre de la relation aidants/malades

Sophrokhepri propose plusieurs formules d'accès aux soins : thérapies individuelles ou/et collectives en cabinet ou à distance avec prise en charge par notre plateforme téléphonique et/ou web.

**Plan du site en bas de page**

L’équipe

Retirer le mot équipe et ajouter :

base line : une équipe à votre écoute

L’équipe de SophroKhepri

Ajouter les éléments ci-dessous

**Evelyne** verso : Fondatrice de SophroKhepri, sophrologue, spécialiste de la précocité intellectuelle et techniques de thérapies intégratives (EFT et dialogue intérieur) **Flavien** verso : responsable du pôle international et plateforme technique de communication **Céline verso :** responsable du support en réseaux sociaux pour les thérapeutes **Emilia verso :** responsable de l’unité spécialisée précocité intellectuelle et orientation professionnelle **Graziella verso :** RH , responsable du pôle entreprise et de la coordination du centre.

**Mettre une animation comme une carte à jouer recto : photo et version : métier et fonction**

**Evelyne :** Sophrologue thérapeute intégrative, doublée d’une compétence commerciale (Ecole de commerce et Master en sophrologie, pratique thérapeutique liant le corps, les émotions, les flux énergétiques et le mental). 15 ans dans les R.H. en entreprise et 15 ans de conseil, coach interne et thérapeute.
Je marque, mes 30 ans d’expériences en créant le Centre du Mieux-être **SophroKhepri,** Centre de sophrologie et de thérapies intégratives.
Je murie ce projet depuis 10 ans, quand j’ai eu moi-même des difficultés à trouver efficacement un thérapeute adapté. J’étais face à une offre dispersée, avec une multitude de spécialistes, souvent injoignables. Et quand, j’ai voulu m’installer à mon tour, il a été très difficile de trouver un cabinet partagé, au bon endroit et au bon prix.

**Flavien**

Chargé de marketing et commercialisation

Cursus Business & Développement au sein du Groupe IGS, dont la mission est de développer le marché des thérapies à distance de SophroKhepri, en métropole et à l’international.

**Céline**

Marketing et Communication

16 ans d’expérience chez des éditeurs de logiciels et start-up en tant que responsable marketing, communication et développement commercial. Coach en community management et développement de réseaux pour accompagner les thérapeutes Particulièrement motivée par le secteur de la santé et du mieux-être.

**Graziella manque Photo**

Ressources Humaines

Graziella Zonnekynd : Spécialiste des Ressources Humaines et de la Qualité de Vie au Travail, elle est responsable de l’animation du Centre et de l’Espace Entreprise SQVT.

Diplômée de l’Université Paris Sud en Gestion des ressources humaines à l’international , mémoire sur l’accompagnement des DRH vers la Qualité de Vie au Travail et un mémoire sur les risques psychosociologiques dans les hôpitaux psychiatriques, responsable de l’espace Entreprise sur la prévention santé au travail, membre du comité de direction.

**Emilia Manque photo**

Psychologue clinicienne

Chargée de recrutement Institut français de recrutement et de Sélection (IFRES) Cadres et non cadres

Formatrice GRETA

Secrétaire de rédaction pour la revue Education & Management – Interviews diverses décideurs en entreprise.

Conseillère en bilans de compétences et bilans professionnels (CIBC).

Psychologue Education nationale (bilans psychologiques, suivis et orientations élèves 1er et second degré) – Animation ateliers décrocheurs -Seconde, Première et Terminale- restauration narcissique, estime de soi.

Formatrice CNFPT - accompagnement à la mobilité professionnelle, coaching, aide au reclassement professionnel.

Psychologue clinicienne-psychothérapeute –prises en charge enfants, adolescents, adultes.

Référente ANPEIP – bilans psychologiques enfants et adolescents EIP et suivis.

Nos valeurs

Retirer dans le titre code de déontologie remplacer par Charte éthique

Changer de photo

**Base line Pour que toutes les médecines agissent ensemble !**

La culture d’entreprise est liée à la perception du travail de la dirigeante. Un des principes est de faire vivre le centre dans un esprit de management collaboratif avec une mutualisation des moyens et des outils de diagnostic en synergie avec les intervenants Le centre est un lieu de partage et d’échanges de pratiques pluridisciplinaire pour faciliter la coordination et répondre à la complexité du processus d’accompagnement ancré dans une démarche holistique.

SophroKhepri est attaché à ce que chacun trouve sa place individuellement, soit reconnu et capable de faire valoir sa parole et ses intérêts propres.

SophroKhepri est très attaché à l’équilibre travail-famille. Pour ces raisons, chaque équipier est acteur par un partage des responsabilités, prises de décision et le planificateur de son temps de travail. La charge de travail est ainsi répartie pour ne pas être obligé de faire des heures supplémentaires, sinon l’échéance est repoussée.

Cette règle s’applique à l’ensemble de ses employés et intervenants pour pérenniser la qualité des relations, des services et des soins aux patients.

Code de déontologie

Charte éthique

Notre charte est commune à l’ensemble des praticiens adhérents du Centre SophroKhepri

Il cadre l’engagement de chacun des intervenants du Centre envers ses propres clients, leur profession respective et le public venant au Centre.

Pour télécharger en PDF et signer la charte : cliquer sur le lien suivant :

**Nos spécialisations :**

Base line : Conseil, accompagnement et formations, gestion de crise, gestion des émotions et du stress, gestion des risques psychosociaux, développement personnel et l’unité spécialisée EIP (Enfants Intellectuellement Précoces)

**Types d’accompagnement**

* Enfants précoces et adultes surdoués
* TDAH avec diagnostic préalable
* Haptonomie
* Burnout
* Souffrance et stress post-traumatique
* Cohérence cardiaque
* Soutien psychologique pour des traitements liés à des pathologies longues

**Surdouance**

Enfants Intellectuellement Précoces (EIP)

La sophrologie et les autres méthodes utilisées viennent renforcer et stabiliser les effets d'un suivi psychologique, d'orthophoniste ou psychomoteur.

L'enfant s'approprie ainsi des méthodes pour se détendre, se relaxer, se sécuriser pour mieux évoluer dans ses relations aux autres.

Si l’enfant ou l’adolescent intellectuellement précoce (EIP) peut très bien le vivre, s’adapter parfaitement au système scolaire et nouer des relations d’amitié classiques avec les autres enfants, il faut cependant surveiller certains signes qui peuvent handicaper l’évolution de ces enfants EIP.

**Les symptômes fréquemment constatés :**

* Troubles du sommeil, difficulté à "mettre en veille" son mental.
* Troubles de l’alimentation, surtout des phobies alimentaires.
* Troubles du comportement dû principalement à l’incompréhension à laquelle ils se heurtent. Cela peut se traduire par des maux de tête, douleurs au ventre, eczéma, anxiété, hyperactivité, tocs, bégaiements ou encore diverses addictions.
* Troubles psychomoteurs comme la dysgraphie...
* Troubles relationnels et difficultés d’adaptation ; difficulté à se faire des copains, phobie de l’école...

**Adultes à haut potentiel**

**Les symptômes fréquemment constatés à l’âge adulte :**

* Renoncement
* Perfectionnisme
* Manque de temps, d’organisation
* Submerger par le superflu
* Surmenage
* Procrastination
* Sensibilité émotionnelle
* Distraction
* Perte d’objets
* Impulsivité
* Humeur changeante
* Se remettre en cause excessivement

**Beaucoup d'idées, animé d'une force créatrice et pas toujours l'énergie pour aller jusqu'au bout, Comment faire ?**

* Se faire diagnostiquer par un psychologue habilité et disponible dans notre Centre,
* Venir partager votre expérience et apprendre enfin que vous n'êtes pas seul),
* Se faire accompagner par un de nos experts (accompagnement d'orientation professionnelle, bilan de compétence, thérapies brèves…)

Vous rêvez d'une vie plus posée et tranquille, mais c'est impossible compte tenu de votre curiosité et de votre mode de fonctionnement toujours attiré par la nouveauté, et 10 000 idées à la minute. Sentiment d'emprisonnement et d'impasse dès que l'ennui menace et que vous avez fait le tour de votre job. Tout cela peut devenir épuisant et frustrant.

Comment recharger les batteries et prévenir le Burnout ?

Retrouvez énergie positive et reprenez le contrôle pour vivre comme vous avez envie.

**Burnout professionnel ou parental**

**Comment anticiper pour soi, pour les autres et s’en sortir ?**

De quel accompagnement préventif bénéficier ? Où est-il possible de parler de son ressenti professionnel ou familial ? Où être en confiance pour en parler et se sentir compris, dans un lieu neutre à l’extérieur de son entreprise ?

SophroKhepri propose un parcours adapté aux personnes qui souffrent de cette forme d’épuisement.

Un accompagnement des personnes en souffrance professionnelle ou personnelle avec une formule de stage de deux jours ou de plusieurs séances collectives de 2h30, avec possibilité de séances individuelles.

L'opportunité de se ressourcer, en libérant des tensions psychiques et physiques et de s'en sortir, grâce à une écoute active, une prise de recul, de nouvelles réponses, des apports théoriques et des solutions concrètes en thérapie brève.

Comment retrouver sa vie d’avant ? Quand elle n’est plus que

* Souffrance : qu’elle soit physique et ou psychologique, les symptômes invalidants ne sont pas contrôlables
* Isolement : sentiment d'isolement, de rejet, la personne ne sait plus comment se comporter dans son milieu professionnel
* Epuisement : mental et physique, troubles du sommeil, de l’appétit. L'état de santé se dégrade

**Vous apprendrez à reconnaître :**

* Les phases de décrochages : quels signaux ? quelles alarmes ?
* Les contextes à risques : savoir repérer, prévenir et éviter la chute
* Les étapes de la reconstruction : accompagner les victimes
* Les modèles résilients : retrouver l’équilibre personnel et professionnel

Pour en savoir plus sur nos stages, vous inscrire ou prendre contact : mettre le lien

Lecture conseillée : livre

Sabine Bataille, sociologue autour de la souffrance au travail donnera un aperçu des résultats de son enquête sur les signes avant-coureur du burnout (identifier les contextes à risques, repérer les symptômes) et donnera ensuite quelques modèles de résilience professionnelle d’anciennes victimes.



La vie du Centre

Retirer le mot Slogan ! : Pour que toutes les médecines agissent ensemble !

L’animation du Centre est partagée entre la Direction de SophroKhepri et les thérapeutes qui y travaillent par:

* Conférences
* Ateliers découvertes Interactifs ADI
* Journées portes ouvertes
* Formations
* Actualités

La vie du Centre, c’est aussi des réseaux de communautés :

* SophroKhepri Inside pour tous les usagers du Centre (patients et thérapeutes)
* SophroKhepri RH
* Cafés des thérapeutes
* Communauté de soignants
* Comité Social d’Entreprise : pour tous les acteurs de la QVT (médecins du travail, CE, juristes, IRP, préventeurs, entreprises…)

Sommaire

Actualités

ADI

Conférences

Formation

Horaires

Nous contacter

Liste des mutuelles

La sophrologie remboursée par les mutuelles ?

Certaines mutuelles remboursent les séances de Sophrologie

voir ici l'information de la chambre syndicale de la sophrologie

Certaines "grandes entreprises ou administrations" remboursent par ailleurs, tout ou partie des forfaits annuels ou séances de groupe, renseignez-vous auprès du service social de votre entreprise.

.