

Isabelle MARCY

36 Rue des Fermes

77700 CHESSY

06.42.78.18.63

isabelle.marcy.sophrologue@orange.fr

Sophrologue Praticien RNCP & Co-Conseil professionnel

DOMAINES DE COMPETENCES

Sophrologie & Méditation

- Animer et guider des séances de relaxation (Jacobson - Training autogène de Schultz)
- Animer et guider des séances de sophrologie (Relaxations dynamiques et statiques du 1er au 12eme degré, mindfulness)
- Mener une anamnèse complète, définir les besoins, établir un protocole
- Accompagnement individuel et collectif (enfants, adolescents, adultes, séniors)
- Gestion du stress et des émotions
- Gestion de la douleur et des troubles du sommeil
- Maîtrise des outils de cohérence cardiaque formée par Dr David SERVAN-SCHREIBER (HeartMath Institut Leader du domaine)
- Accompagnement aux soins des pathologies chroniques (Cardio, Respi, Onco, Neuro, Diabète, AVC...etc)
- Formation des équipes soignantes
- Développement personnel (PNL, Analyse Transactionnelle, Psychologie positive)
- Accompagnement, relation d'aide, coping, coaching (lâcher prise, confiance en soi, acceptation, affirmation, maîtrise de soi, autonomie, préparation mentale)
- Accompagnement des problématiques de l'enfance, de la douance de l'enfant et l'adulte

Risques Psychosociaux en Entreprise

- Prise en charge des risques psychosociaux en entreprise, bur-out
- Gestion du stress, confiance en soi, activer les capacités de motivation
- Prévention des addictions (alcool, tabac, drogues, médicaments)
- Optimisation de la concordance des valeurs et des besoins de l'entreprise et du collaborateur
- Optimisation de la communication interne, gestion des conflits
- Optimisation de la concentration et de la vigilance
- Optimisation de la récupération et du sommeil

Management

- Coordonner l'activité d'une équipe
- Effectuer un suivi et proposer des solutions
- Définir une stratégie, un ciblage, élaboration d'un plan d'actions.
- Suivre et analyser les données d'activité et réaliser un bilan annuel d'activité

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- Depuis 2012 Sophrologue / Formatrice - Supervision et co-conseil
- Depuis 2013 Formatrice / Membre du jury des soutenances
- 2013-2018 Sophrologue animatrice dans les écoles de Chessy / Convention avec la mairie
- 2012 **Sophrologue stagiaire - ATIM INDUSTRIE - Chelles**
Gestion du stress, amélioration communication interne, gestion des conflits, optimisation de l'esprit d'équipe, optimisation de la motivation, optimisation vigilance, récupération et sommeil.

Mémoire : Sophrologie et Gestion du stress en entreprise et risques psychosociaux

- 2002-2012 **Cadre Commercial IDF - Caléa (Laboratoires Frésenius-Kabi)**
- Conseil en assistance respiratoire auprès des praticiens en ville, cliniques, hôpitaux
 - Conseil et Accompagnement dans traitement Syndrome d'apnée du sommeil.
 - Encadrement et Coordination des équipes techniques
 - Formation des équipes médicales, paramédicales.
 - Elaboration et mise en place de plans d'actions.
- 1993-2002 **Déléguée Médicale ville/hôpital (Laboratoires Novartis Pharma) IDF**
- Formation des collaborateurs, des équipes médicales, paramédicales
 - Elaboration et mise en place de plans d'actions.
- 1991-1993 **Préparatrice en pharmacie - Paris 7ème**
- 1987-1991 **Formation en alternance en officine - Paris 15ème**
Encadrement de 10 collaborateurs pour mission de statistiques et d'inventaire pour cabinet de gestion en officine, avec analyse du marché pharmaceutique officinal.
- 1983-1987 **Laborantine Industrie Agro-alimentaire - SLVO - Rozet St Albin**

DIPLÔMES

- 2019 Formation, animation d'ateliers pour les Aidants par Sophro-Trainer
- 2017 **Certificat de Spécialisation en Sophrologie Appliquée à la Relation d'Aide Phénoménologique - ESSA - Vincennes**
- 2013-2014 **Certificat d'Accompagnement Pathologie Chronique en Soins Palliatifs Accompagnement à la Fin de Vie - Equilibre Santé**
- 2013 **Certification Mindfulness en Méditation de Pleine Conscience MBCT / MBSR - ESSA - Vincennes**
- 2012-2013 **Maître praticien en sophrologie appliquée & existentielle - ESSA**
- 2010-2012 **Diplôme de praticien en sophrologie - ESSA - Vincennes**
- 2010 **Diplôme de Relaxologue - ESSA - Vincennes**
- Certification Cohérence Cardiaque (HeartMath Institut Leader du domaine)
 - Diplôme de la visite médicale (Ecole de Commerce Cap Santé GTF-GSA – Boulogne-Bilancourt)
 - Diplôme de Préparatrice en pharmacie : niveau Bac+2
 - BTA (Brevet de Technicien Agricole) niveau Bac pro
 - BEPA option agro-alimentaire