



Plaquette de présentation

Coralie Breton - Sophrologue à domicile
Secteur : Toulouse, Colomiers, Grenade,
Mondonville, Cadours , L'Isle Jourdain
www.coraliebreton.com
Coraliebreton.sophrologie@gmail.com
07.64.38.77.69

Votre sophrologue :



Mon parcours personnel m'a conduit vers la sophrologie, qui est devenue un véritable mode de vie. J'ai trouvé dans cette méthode des valeurs qui me correspondent à savoir : l'authenticité, l'empathie, une écoute en toute bienveillance et dans le non-jugement. C'est donc naturellement que j'ai voulu en faire mon métier. Ainsi en parallèle d'une activité professionnelle en entreprise, j'ai décidé de me former en tant que sophrologue en 2018 à l'Institut de Sophrologie du Sud- Ouest (ISSO).

En 2020, je crée ma micro-entreprise afin de pouvoir mettre en pratique ma passion pour la sophrologie.

La sophrologie est une pédagogie qui éveille à la connaissance de soi. Je souhaite désormais vous accompagner au travers de cette pédagogie dans un cadre professionnel et toujours dans le respect chaque individu.

Concernant les interventions auprès d'enfants, je suis déjà intervenu auprès d'enfants de 3 à 7 ans et de leurs parents. Cela était dans le cadre de plusieurs séances au sein d'une association d'aide à la parentalité.

J'ai déjà eu un module de spécialisation de la sophrologie enfants mais je vais approfondir cela avec une formation en sophrologie ludique par les fondateurs de la méthode très prochainement.

La sophrologie adaptée à l'univers de l'enfant :

- La sophrologie enfant se veut ludique basée sur des exercices de respiration, de relaxation. Tout en étant dans l'écoute du corps avec des jeux d'éveil des sens et de motricité, de contes sophrologiques qui développent l'imagination. Ces jeux ouvrent un espace qui permet à l'enfant de s'approprier la méthode afin de reproduire ces exercices de manière autonome.

- Je créer mes propres exercices que j'adapte aux besoins du moment avec une structure similaire pour aider l'enfant à avoir des repères :
Rituel d'entrée / exercices de relaxations dynamiques, jeux sensoriels et motricité / moment de retour au calme / moment d'expression libre (partage oral, dessins, pâte à modeler,etc..)



Coralie Breton Sophrologue à domicile

Adresse : 1756 route de Lévignac -31530 Thil - SIRET : 888 932 118 00027

Tél : 07 64 38 77 69 - Email : coraliebreton.sophrologie@gmail.com - Site web : www.coraliebreton.com

Enfants à partir de 3-4ans

Durée d'une séance :

30min de 3 à 6 ans

45 min de 7 à 12 ans

45 min à 1h : 12ans- adultes

Nombre de personnes : 2 à 6 enfants (8 maximum)

Objectifs de la sophrologie pour les enfants et pré-ado :

- **Améliorer l'identification et la gestion des émotions**
- **Développer la connaissance de soi et de leur corps**
- **Faciliter et développer leur capacité de concentration**
- **Travailler l'esprit de groupe et du vivre-ensemble**
- **Apporter des outils aidant l'apprentissage**
- **Proposer une activité axée sur le mieux-être de l'enfant**



Coralie Breton Sophrologue à domicile

Adresse : 1756 route de Lévignac -31530 Thil - **SIRET :** 888 932 118 00027

Tél : 07 64 38 77 69 - **Email :** coraliebreton.sophrologie@gmail.com - **Site web :** www.coraliebreton.com

La sophrologie est basée sur le volontariat et s'adapte à la personne en fonction de ses besoins, ses attentes et ses objectifs.

La pratique de cette méthode ne nécessite aucune condition physique particulière. Par ailleurs, elle ne se substitue à aucun traitement médical mais peut être utilisée en complément.

Proposition d'offre de prix :

Exemple 1 séance/ semaine soit 12 séances/ trimestre

Description	Nb personnes	Prix unitaire (Tarifs collectivités et associations)	Nb séances	Montant
Séance groupe	8	13,00€ 11,00 €	12	1056,00 €
Frais de déplacement	/	25,00 €	/	25,00 €

Total HT : 1056,00€
TVA non applicable, art.239B du CGI

Compléments d'informations :

- J'interviens sur place dans tous types de structures et j'apporte le matériel nécessaire à la réalisation de la séance.

Ma seule demande est d'avoir une salle avec si possible des tapis de sol

- Disponibilités :

Mercredi et Samedi : 9h à 18h

Lundi- Mardi – Jeudi - Vendredi : 16h30 à 20h30



Coralie Breton Sophrologue à domicile

Adresse : 1756 route de Lévignac -31530 Thil - SIRET : 888 932 118 00027

Tél : 07 64 38 77 69 - Email : coraliebreton.sophrologie@gmail.com - Site web : www.coraliebreton.com