



# L'INSTALLATION PROFESSIONNELLE CRÉER ET PÉRENNISER UN CABINET DE SOPHROLOGIE 5 JOURS

## PROGRAMME DÉTAILLÉ

Document référence MS 01 InstalProf - 5J Programme Détaillé V05-2026, Maj le 29/12/2025

Siège Social : IFSP 5 av. Pierre Louve - 38080 L'Isle D'Abeau  
Tél. : 06 25 45 92 85 / Mail : [contact@ifsp-lyon.fr](mailto:contact@ifsp-lyon.fr)  
SAS au capital de 5 000 € - SIRET : 818 337 339 00027, RCS de Vienne – Code APE : 8559A

**WWW.IFSP-LYON.FR**

Organisme de formation enregistré auprès de la DREETS sous le n° 84 38 06279 38



## Le contexte de votre formation

**L'IFSP :** Organisme de formation spécialisé dans la formation au métier de Sophrologue depuis 2016.

Enregistré sous le numéro 84 38 06279 38 auprès de la **DREETS** Auvergne Rhône Alpes. Ce numéro ne vaut pas agrément d'état.

**Le lieu :** Le WoodClub - 97 allée Alexandre Borodine - Parc Technologique - 69800 Saint Priest



**La qualité :** Titulaire du certificat Qualiopi N° : 2101275.1 depuis le 08/09/2021 au titre de la catégorie « Actions de formation »

Audit de renouvellement Qualiopi réalisé et validé le 16/07/2024



**La déontologie :** Membre réseau national de Sophrologues Professionnels « La parenthèse ». Nous travaillons dans le respect du code de déontologie du SSI, code que nous transmettons à nos stagiaires.



## Votre formation

### Public et objectifs :

« Je voudrais ouvrir mon cabinet mais je ne sais pas comment m'y prendre, par quoi commencer »

« Je ne comprends rien aux statuts juridiques » - « Les chiffres, c'est pas mon truc, »

« La communication ça me fait peur, je ne sais pas comment faire »

**Si l'une de ces phrases vous a traversé l'esprit, ce module est fait pour vous. Il vous permettra de :**

- ✓ Définir votre propre identité de sophrologue - Identifier vos cibles et les premiers marchés à prospection
- ✓ Comprendre les aspects juridiques, administratifs et matériels de votre installation
- ✓ Réfléchir à votre identité visuelle, votre communication et votre démarche commerciale
- ✓ Établir un budget prévisionnel d'installation et un business plan
- ✓ Organiser et planifier les étapes de votre installation Cette formation s'adresse à tous les Sophrologues installés, en cours d'installation ou en fin de formation qui souhaitent :

**Tarifs :** Financement convention : 700,00 € TTC - Tarif remisé en cas d'**autofinancement** : **600,00 € TTC**

**Durée :** 40 heures, soit 5 jours en présentiel, non consécutifs (2 jours puis 3 jours)

**Dates :** rendez-vous sur notre catalogue en ligne pour connaître les prochaines sessions et vous inscrire en cliquant ici : <https://ifsp.hop3team.com>

**Formateurs experts :** Nos formateurs ont plus de 5 ans d'expérience aussi bien dans l'exercice du métier avec des publics et dans des domaines différents (cabinet, entreprise, milieu hospitalier, ...) que dans la formation.

### Accès à la formation :

- ✓ Niveau de connaissances préalables requis : Aucun
- ✓ Délai d'accès à la formation : 1 mois s'il s'agit d'une demande de financement par un tiers payeur, 1 semaine s'il s'agit d'une demande d'inscription personnelle
- ✓ Accessibilité aux personnes porteuses d'un handicap : le lieu de formation satisfait la norme ERP.

 **Nature et Sanction de la formation :** Conformément aux dispositions de l'article L.6313-1 du Code du Travail, l'action de formation professionnelle s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du code du Travail : « actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances » Elle est sanctionnée par une attestation de formation après validation des connaissances par un dossier projet d'installation

 **Gestion administrative de la formation :**

- ✓ **Contractualisation** : Convention de formation avec signature électronique certifiée
- ✓ **Suivi des présences** : émargements électroniques certifiés. Un émargement par 1/2 journée



## Programme détaillé

Le sophrologue est essentiellement un entrepreneur. Il doit donc apprendre à se placer dans cette posture d'entrepreneur et dans la même logique qu'une entreprise, même si il s'agit le plus souvent d'une micro entreprise



Jour	Savoirs	Détail des compétences
1	✓ <b>L'identité professionnelle</b> du sophrologue : l'image du sophrologue : Trouver ma propre identité en fonction de ce qui me constitue	✓ Savoir se positionner dans la profession de sophrologue, dans le respect de sa propre personnalité, de ses souhaits et de ses valeurs
2	✓ <b>L'identité professionnelle</b> du sophrologue : Analyser ses forces et ses faiblesses, les opportunités et menaces des différents marchés potentiels, selon son identité professionnelle	✓ Savoir porter un regard objectif, juste et constructif sur les marchés visés afin de mettre en place les actions nécessaires
3	✓ <b>La communication</b> ✓ L'identité visuelle ✓ Les supports papier ✓ Communiquer sur internet	✓ Savoir définir une identité visuelle ✓ Savoir quand et comment faire appel à des professionnels ✓ Savoir quelles actions de communication mettre en place
4	✓ <b>Aspects juridiques et administratifs</b> 1. Les statuts juridiques 2. Le cas particulier de la formation 3. Banque et assurances 4. Le cabinet : aspects matériels et ERP	✓ Savoir se répéter dans le contexte légal pour choisir un statut professionnel pertinent ✓ Connaître les obligations légales et administratives liées à un cabinet
5	✓ <b>Aspects financiers</b> ✓ Le business plan prévisionnel 1. Les différents types de charges 2. L'établissement des prix 3. Le calcul du chiffre d'affaires prévisionnel  ✓ <b>Mettre en place un plan d'action</b>	✓ Savoir établir un business plan prévisionnel  ✓ Organiser et planifier les actions nécessaires à l'ouverture et à la pérénisation d'un cabinet



## Moyens humains et pédagogiques

### 👉 Vos formateurs



#### Claudine JASSEY

**Sophrologue depuis 2009**, diplômée de la FEPS - Toujours en exercice, au contact quotidien des réalités du métier de sophrologue

Ex consultante formatrice en informatique de gestion, Responsable financière et du contrôle de gestion en entreprise.

**Co-fondatrice et Présidente de l'IFSP** depuis 2016 : Pilotage de l'entreprise, Responsable Pédagogique

**Intervenante en hôpital psychiatrique** de jour spécialisé dans les psychopathologies du travail depuis 2019 : accompagnement sophrologique de 5 à 8 groupes par semaine

Claudine vous fait bénéficier de son expérience de cheffe d'entreprise, au contact quotidien des réalités du pilotage d'une structure juridique et économique.



#### Karine Palley

**Sophrologue depuis 2009**, diplômée FEPS - Formée par Christian Gagnaire

Formée à l'approche centrée sur la personne, la Communication Non Violente, à la Cohérence Cardiaque et à la Pleine Conscience

Karine vous accompagne dans votre posture de sophrologue professionnel : l'animation de groupes, le feed-back, l'accompagnement individuel, votre identité de sophrologue.



#### Tatiana CROZE

Sophrologue depuis 2024, formée à l'IFSP - Spécialiste en communication de par son métier d'origine

Tatiana vous transmet les clés de la communication professionnelle indispensable au développement de votre activité. Au-delà de la technique, son expérience d'ouverture et de développement d'un cabinet de sophrologie est précieuse !

### 📊 Moyens et méthodes pédagogiques :

#### ✓ Moyens pédagogiques et techniques :

- Salle de formation respectueuse des normes Handicap
- Vidéoprojection de supports powerpoint, vidéos, ...
- Alternance de cours théoriques et d'entraînements pratiques - Méthodes pédagogiques variées, interactives, favorisant la participation, l'expérimentation et l'engagement
- Enregistrement audio des pratiques
- Espace extranet stagiaire

#### ✓ Supports de formation fournis :

- Notes de synthèses, Fiches exercices au format PDF
- Fichiers audio des pratiques, MP3 ou MP4

#### ✓ Evaluations des connaissances acquises : Dossier projet d'installation professionnelle



### Nous contacter



contact@ifsp-lyon.fr



Claudine Jassey - 06 25 45 92 85