



ACCOMPAGNER LES ELEVES VERS LE MIEUX ETRE ET LA REUSSITE SCOLAIRE

Aujourd'hui, de nombreux élèves sont confrontés au stress, à l'anxiété et aux difficultés de concentration.

La sophrologie propose des outils simples et concrets pour les aider à mieux vivre leur scolarité et développer leurs ressources.

Enseignante en lycée professionnel depuis plus de 20 ans,

je connais les réalités du terrain et les besoins des élèves.
Référente "**École promotrice de santé**" dans mon établissement,
j'accompagne déjà des jeunes
à travers des **actions de prévention et de bien-être.**

Je propose des accompagnements adaptés aux besoins des établissements :

- Ateliers collectifs (gestion du stress, examens...)
- Interventions en classe ou en petits groupes
- Projets personnalisés en lien avec les équipes éducatives

Interventions possibles dans le cadre du **CESCE / parcours éducatif de santé**

Contactez-moi et élaborons ensemble un projet adapté à vos besoins

Les bénéfices pour les élèves

- apaiser le stress et l'anxiété au quotidien
- améliorer la concentration et la mémorisation
- se préparer sereinement aux examens
- Retrouver un sommeil réparateur

Fabienne

THEAUDIN



SOPHROLOGUE CAYCEDIENNE

0 6 . 0 7 . 5 2 . 2 6 . 0 6

fabienne.theaudin.sophro@gmail.com

Centre de la Garaye
3 bd du petit Paris
22100 Taden- Dinan

