



Fabien GELEY

Sophrologue



Les Sens en Soi

06 76 99 64 11

fabien.geley@ntymail.com

www.lessensensoi-sophro.com

> Domaines d'intervention

- ⇒ Prévention des troubles du sommeil et de la somnolence au volant.
- ⇒ Gestion du stress entre vie personnelle et professionnelle
- ⇒ Co-développement professionnel.
- ⇒ Séminaires d'entreprises et de développement personnel
- ⇒ Randonnées sophro' et marches méditatives

> Compétences

- ⇒ Ecoute active et approche centrée sur la personne.
- ⇒ Accompagnement au changement
- ⇒ Animation tous publics en salle ou en plein-air.
- ⇒ Création de formations sur mesure

> Parcours

J'ai exercé le métier de professeur d'EPS durant 15 ans en primaire, collège, lycée et post baccalauréat. J'ai accompagné des stagiaires dans leurs premières expériences professionnelles, puis je me suis tourné vers la formation de moniteur de secourisme (PSC1) dans le Val d'Oise, département pionnier de la démocratisation de ces formations.

Désirant transmettre plus que les activités physiques et à un public beaucoup plus large que le public scolaire, j'ai démissionné pour exercer le métier de sophrologue. Je partage mon activité entre consultations en cabinet et formations pour les groupes de particuliers, associations, institutions et entreprises.

Engageons-nous sérieusement dans la prévention des risques psychosociaux, un enjeu majeur de notre société, avec toute la légèreté que peut nous apporter la sophrologie.

> Démarche

Apprentissage par l'expérimentation dans une alternance d'apports théoriques et pratiques. Dans le cadre de confidentialité de mes interventions, une large place est faite à l'écoute et aux interactions.

> Un peu plus

- ⇒ Sociétaire actif de la coopérative de finance solidaire La Nef (40).
- ⇒ Accompagnement de porteurs de projets dans leurs démarches de demande de prêt à plus value écologique et/ou sociale et/ou culturelle.
- ⇒ Vulgarisation de l'économie sociale et solidaire auprès du grand public.

> Références :

- 2018 : Co-développement professionnel, Association PLOUCS Rion des Landes.
- 2018 : Formation à la sophrologie, Eovie mutuelle MCD Mont de Marsan.
- 2018 : Formation gestion du stress au poste de travail, FINSA Morcenx.
- 2018 : Formation dans l'ETP syndrômes Parkinsoniens, CRF Salies de Béarn.
- 2018 : Formation à la sophrologie en ESAT, Saint Paul les Dax et Mont de Marsan.
- 2018 : Formation à la sophrologie en MFR, Castelnaud Chalosse.
- 2017 : Prévention du stress au travail, Actuel Buro Orthez.
- 2010 : PSC1 pour les professeurs des écoles, DAFPEN Val d'Oise.

> Formations

- 2008 : Moniteur PSC1.
- 2017 : Sophrologue certifié RNCP niveau III par la Fédération des Ecoles Professionnelles en Sophrologie à ISSO Toulouse.