

Sophro'bulle Démuin

Ateliers collectifs de sophrologie

Aurélie Bekkache, sophrologue · Entreprise individuelle, SIRET 922 461 629 00011 · TVA non applicable (franchise en base)

06 26 41 86 41 · aurelie.bekkache.sophro@gmail.com · www.aureliebekkache-sophro.fr

Cadre et règles de participation

Pour que chacun(e) se sente en sécurité et à l'aise

Engagement et assiduité

- Les ateliers fonctionnent par trimestre, avec une progression : la régularité en fait la richesse.
- Je préviens Aurélie en cas d'absence ou de retard, dès que possible.

Ponctualité

- J'arrive quelques minutes avant le début. Une fois la relaxation commencée, l'entrée n'est plus possible, pour ne pas troubler le groupe.

Confidentialité et bienveillance

- Ce qui se dit dans le groupe reste dans le groupe.
- Le partage est libre : personne n'est obligé de parler. On accueille les ressentis de chacun(e) sans commentaire ni jugement.

Santé et sécurité

- J'ai rempli le questionnaire préalable avec sincérité et je signale tout changement.
- Je respecte mes limites : je peux adapter ou passer un mouvement, ou m'asseoir à tout moment, sans avoir à me justifier.
- J'informe Aurélie en cas de malaise, de douleur ou de gêne.

Limites de la pratique

- La sophrologie est une pratique de bien-être. Elle ne remplace ni un avis médical, ni un traitement, ni une psychothérapie. Aurélie ne pose pas de diagnostic et ne prescrit rien.

Tenue, matériel et lieu

- Je porte une tenue confortable et je mets mon téléphone en silencieux.
- Je respecte le local, le matériel mis à disposition et je range ma place en partant.

Photos et enregistrements

- Aucune photo, vidéo ni enregistrement sonore n'est réalisé par les participant(e)s pendant les séances.

Alcool et substances

- Je ne participe pas sous l'emprise d'alcool ou de substances.

Respect du cadre

En cas de comportement portant atteinte au groupe ou à la sécurité, Aurélie peut mettre fin à la participation, après un échange, dans les conditions prévues par les conditions générales de vente.

Mon accord

J'ai lu ce cadre et je m'engage à le respecter.

Nom : Prénom :

Date et lieu :	Signature précédée de la mention « lu et approuvé » :