



Le titre à finalité professionnelle  
de

# SOPHROLOGUE PRATICIEN

Niveau III, code NSF 330P

Enregistré au RNCP et publié au Journal Officiel du 29 novembre 2013

A été attribué par la

Société Française de Sophrologie

A Madame **Hélène CASANO**

Délivré à Paris le 15/06/2017

Le Président du

Claude CHATILLON



Le Titulaire,

Le Directeur de l'établissement,  
Institut Cassiopée Formation

Sandra STETTLER

N° 2017-SFS-SP-1303

Association loi 1901, 8 rue des Favorites 75015 Paris tel: 01 40 56 94 95 e-mail: [contact@sophrologie-francaise.com](mailto:contact@sophrologie-francaise.com)  
Site internet: <http://www.sophrologie-francaise.com>

INSTITUT CASSIOPEE FORMATION

# Certificat de Praticien en Sophrologie et relaxation

*Hélène CASANO*

Née le 06/04/1982 à CHARTRES (28)

Durée : 135 heures de formation.

Fait à Chatou, 27/04/2016

**Les Directeurs Pédagogiques**

Sandra Stettler

Olivier Stettler

**Le Stagiaire**



Institut Cassiopée Formation - 6 avenue de la Faisanderie 78400 Chatou

## ATTESTATION DE FORMATION PROFESSIONNELLE

# Maître Praticien en Sophrologie & relaxation

*Hélène CASANO*

### Objectifs

Découvrir l'utilisation du son, de la couleur et des ondes de forme en Sophro-thérapie.  
Percevoir et savoir travailler sur les centres de force (chakras).  
Maîtriser les Sophro-relaxations énergétiques V à IX.  
Maîtriser l'utilisation des fleurs de Bach.  
Découvrir l'utilisation de la pensée positive.  
Découvrir la méthode Simonton utilisée dans l'accompagnement des pathologies lourdes.

### Nature de l'action de formation

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

**Durée :** 10 jours, soit 69 heures de formation

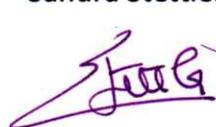
**Résultat de l'évaluation des acquis :** 17,83/20

Fait à Chatou, le 15/04/2017

### Les Directeurs Pédagogiques

Sandra Stettler

Olivier Stettler



**cassiopée**  
Formation aux métiers  
des Thérapies du Bien-être

## ATTESTATION DE FORMATION PROFESSIONNELLE

# Les Clés du changement

*Hélène CASANO*

### Objectifs

Repérer votre identité.

Apprendre à repérer vos systèmes de croyances.

Comprendre les bases de votre fonctionnement psychologique.

Transformer les croyances limitantes responsables de vos peurs et de vos blocages.

Clarifier vos objectifs.

Mettre en place un plan d'action concret et accessible à tous pour atteindre vos objectifs.

Apprendre à penser en gagnant.

Apprendre à utiliser la puissance de votre mental.

### Nature de l'action de formation

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

**Durée :** 2 jours, soit 14 heures de formation

**Résultat de l'évaluation des acquis :** 20,00/20

Fait à Chatou, le 16/01/2016

### Les Directeurs Pédagogiques

Sandra Stettler

Olivier Stettler



## ATTESTATION DE FORMATION PROFESSIONNELLE

# Anatomie & Physiologie

*Hélène CASANO*

### Objectifs

Comprendre l'organisation et le fonctionnement du corps dans sa globalité.  
Maîtriser la connaissance des grandes fonctions des principaux systèmes.  
Connaître des gestes d'urgence utiles en situation professionnelle.

### Nature de l'action de formation

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

Durée : 6 jours, soit 40 heures de formation

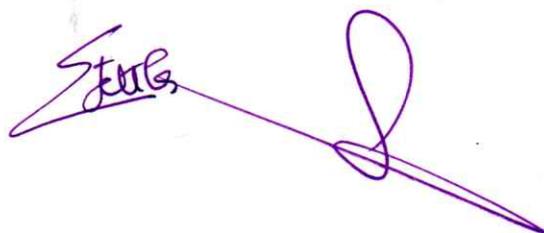
Résultat de l'évaluation des acquis : 20,00/20

Fait à Chatou, le 08/07/2015

### Les Directeurs Pédagogiques

Sandra Stettler

Olivier Stettler





**Hélène CASANO  
LANGLOIS**

**Sophrologie, enfance  
et adolescence**

**Objectifs**

CONNAÎTRE les grandes lignes du développement de l'enfant afin de leur proposer des techniques de sophrologie et de relaxation adaptées à leur âge.

MAÎTRISER les techniques et les supports utilisés dans l'accompagnement des enfants.

SAVOIR ACCOMPAGNER l'adolescent dans son développement et ses apprentissages.

SAVOIR DIALOGUER avec les accompagnants de l'enfant.

CRÉER des projets pour travailler avec des groupes d'enfants et d'adolescents.

SAVOIR proposer et vendre ces projets.

**Nature de l'action de formation**

Favoriser la mobilité professionnelle.

**Durée**

5 jours, soit 33 heures de formation

Fait à Chatou, le 30/08/2022

**Les Directeurs Pédagogiques**

Sandra Stettler

Olivier Stettler

