



## Sophro'Perform

pour l'accompagnement  
en entreprise

1 rue J-L Gay Lussac  
68000 COLMAR  
Tél : **07 88 84 87 03**

perform@sophro-so.fr

## Sophro'Rayonne

pour le développement de soi  
rayonne@sophro-so.fr



### Compétences

Esprit d'équipe et d'initiative  
Organisée - Réactive - Créative  
Ecoute active  
Communication positive  
Gestion de projet

Formations non qualifiantes en PNL  
et focusing de la relation intérieure



### Langues

Allemand - Anglais - Espagnol



### Centres d'intérêt

Développement personnel  
Randonnées - Nature

### Projet réalisé

2024 : **ouverture de mon cabinet de sophrologue, praticienne en massage Amma Assis et formatrice indépendante**

### Expérience professionnelle

- 2023/2024 : **Référente décrochage scolaire**  
Lycée Martin Schongauer - Colmar
- 2020/2023 : **Coordonnatrice pédagogique & Référente Handicap**  
CFA de l'Hôtellerie-Restaurant & Homneo - Colmar  
Apprentissage du CAP au BAC+5
- 2017/2020 : **Assistante Commerciale Trilingue**  
Verrerie du Futur - Ste-croix-en-plaine  
Négoce de bouteilles vides en verre
- 2010/2017 : **Formatrice pour adultes**  
AFPA, AFCTP & CRM - Mulhouse / Scabe - Colmar  
Secrétaire Assistant ou Médico-social  
Préparation Opérationnelle à l'emploi  
Français Langue d'Intégration, savoirs de base  
Remise à niveau de salariés des bases logistiques  
d'une enseigne française de Grande Distribution  
Recrutement et formation d'Employés Libre-Service  
pour l'ouverture de Drive  
Participation à l'ouverture de centres d'appels et à la  
formation de ses agents au Portugal pour le compte  
d'un opérateur français de télécommunication  
Techniques de recherche d'emploi  
Sensibilisation au handicap et aux troubles DYS
- 2008/2009 : **Animatrice en périscolaire, Il était une fois** - Houssen
- 1997/2007 : **Assistante de Direction / Commerciale Trilingue**  
Magvet, Colmar / Verrerie du Futur - Bergheim

### Formations

- 2024 Formation au **massage Amma Assis**  
(Camille BECHT - Schiltigheim)
- 2023/2024 **Formation à la sophrologie non caycédienne** (titre RNCP)  
et spécialisation "**sophrologie en entreprise**" (IFS - Paris)
- 2021 Formation **Référente Handicap** en CFA et **troubles DYS**  
(AGEFIPH- Strasbourg)
- 2019/2020 **Formation à la sophrologie caycédienne** <sup>1re année</sup> (ESSA - Colmar)
- 2010 **Titre professionnel de Formatrice pour Adultes**  
(AFPA - Mulhouse)
- 1997 **BTS Assistante Secrétaire Trilingue** (ST ANDRE - Colmar)