

Le Centre Evolution Formation Conseil

1999 - 2015

DOSSIER DE PRESSE

23 rue de la Poterie 77130 Montereau F/Yonne

**Site web :
www.evolutionsophroformation.com**

Contact presse : Patricia Penot 06 48 55 42 05



Au service de professions récentes...



- * Depuis 1999, **Patricia Penot**, fondatrice et directrice du Centre Evolution Formation œuvre pour la reconnaissance d'une qualité de prestations de formation, basées sur l'acquisition de compétences professionnelles et de réflexions autour du positionnement d'accompagnateurs dans le domaine du bien-être et de la connaissance de soi.

Les formations professionnelles s'articulent autour de 3 axes

- ✓ Le métier de Sophrologue Praticien, titré RNCP et ses spécialisations, convention passée avec la SFS – Société Française de la Sophrologie
 - ❖ Le cycle supérieur : Sophrologue Humaniste Spécialiste
 - ❖ La sophropédagogie de la maternité et de la parentalité
 - ❖ La sophrologie et l'enfance
- ✓ Les méthodes de relaxation physique et mentale
- ✓ Les formations en visio-conférences

La Fondatrice



- ✓ Après un parcours de plus de 20 ans dans le milieu hospitalier, en tant qu'infirmière spécialisée en anesthésie et réanimation et cadre soignant supérieur, **Patricia Penot** a souhaité partager son expérience dans la formation professionnelle et le développement personnel.

- ✓ Des éléments clefs de sa philosophie
 - Tout être humain est unique et original. Comment peut-il manifester cette originalité dans le domaine professionnel aussi bien que dans le domaine personnel ?
 - Mettre de la conscience dans sa vie est primordiale pour gagner en liberté
 - Le temps et l'espace sont différents. Pour sortir de la pression du temps, il est nécessaire de créer de l'espace en soi
 - La réalisation de ses projets passe par la mobilisation de son énergie. Comment peut-on chasser ce qui nous limite et nous restreint et amplifier ce qui fait nos forces et nos capacités ?

Partager ses connaissances avec le plus grand nombre !



Le souhait de Patricia Penot est de permettre aux gens de trouver des clefs pour mieux exprimer ce qu'ils ont en eux et ainsi, satisfaire à cette demande intérieure de sentir bien et de se réaliser. Elle le fait grâce à différentes autres activités.

✓ **Auteure et Directrice de Collection aux Editions Solar**

- Plonger au cœur de soi, 2014, Solar
- 4 étapes et je lâche prise, Tutos, 2015, Solar
- Initiation à la Sophrologie - La dimension corporelle de l'être, CD1, Interview et exercices guidés, 2015, Voolume
- Je lâche prise, CD2, Méditations guidées, 2015, Voolume

✓ **Conférencière**

- Lors de différents salons
- Visio-conférences sur le blog www.authentiqueetlibre.com

✓ **Conceptrice et animatrice d'émissions radio**

- Sur Radio Médecine Douce « Parlons Sophrologie »

La production Patricia Penot

Pour la consulter

<https://penotpatricia.wordpress.com/>

Font partie de ses amis

- Frédéric Lenoir, philosophe, écrivain
- Alain Héril, psychanalyste, écrivain
- Nathalie Lefèvre, journaliste et directrice de Radio Médecine Douce