

COMPTE RENDU D'ÉVALUATION

INITIATION A LA SOPHROLOGIE

PREFECTURE ET SOUS-PREFECTURE DE LA MARNE

ANALYSE DES QUESTIONNAIRES DE SATISFACTION

Nombre de personnes ayant participé aux séances de sophrologie : 22

Nombre de personnes ayant répondu au questionnaire de satisfaction : 21

Avis général sur l'organisation de l'action de prévention :

Tous les participants ont déclaré être satisfaits de :

- l'accueil des participants (dont 86 % de très satisfaits)
- du choix du lieu (dont 33 % de satisfaits)
- l'accompagnement des intervenants (dont 90 % de très satisfaits)
- du contenu de l'information (dont 90 % de très satisfaits)

Taux de satisfaction global : 90 %

Attentes sur l'action de prévention :

L'action a-t-elle répondu à vos attentes ? Oui à 100 %

L'atelier et/ou la conférence vous ont-ils permis d'acquérir de nouvelles connaissances ? Oui à 95 %

Intérêt pour les programmes de prévention :

Programmes	Nombre de personnes intéressées
Stop tabac (arrêt du tabac)	1
Cœur Vaillant (maladies cardiovasculaires)	5
Zen attitude (bien-être, gestion du stress)	20
Programme prévention des TMS et Ergonomie	12
Mon diabète et moi (diabète de type 2)	2
Just move (reprise de l'activité physique)	10
A table ! (équilibre alimentaire)	11
Mon sommeil, les astuces pour bien dormir	15
Vigie cancer (prévention du cancer)	5

Profil :

- 19 femmes, 2 hommes
- Age moyen : 45.8 ans
- 17 participants déclarent avoir une mutuelle dont 6 sont adhérents chez Intériale

Verbatim :

- Merci à M. Laporte pour cet échange agréable et convivial.
- Cette pratique devrait être proposée 1 fois par semaine dans le cadre de l'administration pour dénouer bien des tensions.
- Très bonne initiative cet atelier de sophrologie.
- L'atelier a permis de retrouver du calme, de la sérénité mais aussi des nouvelles sensations.