

Liste des Mutuelles et Assurances Remboursant la Sophrologie en France

Mise à jour : 9 février 2025

 **Information importante :** La sophrologie bénéficie d'une reconnaissance croissante depuis le rapport de l'INSERM (2020) validant son efficacité et sa sécurité. Elle est désormais reconnue comme soin de support en cancérologie par plusieurs établissements médicaux (Institut Curie, CHU de Reims, Fondation Rothschild).

Les Meilleures Prises en Charge

Mutuelle	Remboursement par séance	Plafond annuel	Nombre de séances
Swiss Life	55 €/séance	275 €/an	5 séances max
Cegema	Variable	250 €/an	-
April	40-60 €/séance	150-240 €/an	3-5 séances
CCMO Mutuelle	35 €/séance	350 €/an	10 séances max

Mutuelles avec Remboursements Intermédiaires

Mutuelle	Modalités de remboursement
ADREA	25-30 €/séance - Formule 1: 75 €/an - Formule 2: 150 €/an
APREVA	Variable - Pack bien-être, jusqu'à 4 séances/an
ASSUREMA	15-40 €/séance - Jusqu'à 210 €/an, 6 séances max
BAHEMA	30-40 €/séance - 3 séances/an
MGEFI	25 €/séance - 75-150 €/an selon formule
Matmut	30-40 €/an - 1 à 4 séances selon formule

Mutuelle	Modalités de remboursement
Miltis	30 €/séance - 3 séances/an
Muta Santé	Jusqu'à 40 €/séance - 2 séances/an
Myriade	20-30 €/séance - 3 séances/an
Ma Santé Facile	20-50 €/séance - 5 séances/an



Autres Mutuelles Remboursant la Sophrologie

Mutuelle	Modalités de remboursement
Abeille Assurance	Jusqu'à 40 €/séance, 5 séances max
Alptis	Pack Bien-être: 25 €/séance, 5 séances/an
Apivia	Forfait médecines douces incluant sophrologie
AXISALIANS-MEDINAT	Si praticien assuré RC chez Medinat
CAP Assurances	Forfait médecines alternatives
Cegema Mutuelle	Forfait médecines douces
Compagnie des Femmes	15-25 €/séance, 12 séances/an
Gras Savoye	Variable selon contrat entreprise
IPECA	50-150 €/an selon formule
MACIF	25-45 €/séance, 2-4 séances
MFIF	Pack Bien-être Bio II: 40 €/séance, 6 séances/an
Mutuelle Familiale	Inclut la sophrologie
Mutuelle Saint-Germain	Forfait médecines douces



Courtiers Proposant des Remboursements Sophrologie

Courtier	Modalités de remboursement
Cocoon Assurances	30-50 €/séance selon formule, 5 séances/an



Informations Pratiques

Pourquoi ces remboursements ?

- **Rapport INSERM 2020** : Validation scientifique de l'efficacité et de la sécurité de la sophrologie
- **Soins de support** : Reconnue en cancérologie (circulaire DHOS/SDO/2005/101)
- **Établissements médicaux** : Intégration dans les protocoles de soin (Institut Curie, CHU de Reims, Fondation Rothschild)

Comment obtenir le remboursement ?

- **Vérifiez votre contrat** : Certaines mutuelles exigent que le sophrologue soit certifié
- **Conservez les factures détaillées** : Nom du praticien, date, montant de la séance
- **Envoyez vos justificatifs** : Selon les modalités prévues par votre mutuelle



Points d'attention importants

- **Sécurité Sociale** : Aucun remboursement (la sophrologie n'est pas une spécialité médicale reconnue)
- **Évolution des conditions** : Vérifiez toujours auprès de votre mutuelle avant de commencer un suivi
- **RC professionnelle** : Certaines mutuelles exigent que le praticien soit assuré en responsabilité civile

Sources : Chambre Syndicale de la Sophrologie, Cindy B. Chardon (mise à jour février 2025), Bonne Assurance

⚠ Note importante : Les informations sont susceptibles d'évoluer. Vérifiez toujours auprès de votre mutuelle les conditions exactes de remboursement avant d'engager des frais.