Sophrologie et mutuelles

Quels remboursements sont possibles ?

Liste indicative de 14 organismes au 8 novembre 2026

Le remboursement dépend de votre contrat. La présence de votre organisme dans cette liste ne garantit pas votre prise en charge. Les forfaits sont souvent partagés avec d'autres pratiques, comme l'ostéopathie. Faites confirmer vos droits avant la séance.

1. Montants publiés par les organismes

Organisme / contrat	Montant et plafond	À vérifier
APICIL [1] API Santé, packs Confort 1 / 2 / 3	30 / 40 / 50 € par séance 5 séances/an **150 / 200 / 250 €/an**	Pack optionnel. Publication 2026.
APRIL [2] Tranquillité Santé	**Jusqu'à 120 €** par année d'adhésion	Enveloppe commune ; pas de limite du nombre de séances dans ce forfait.
CCMO [3] Serenya Santé	**40 à 160 €/an** Niveaux 2 et 3 : 50 €/séance maximum	Selon niveau. Page mise à jour le 03/07/2025.
Harmonie Mutuelle [4] Entrepreneur Pro 4-4	**250 €/an**	Offre pour indépendants ; forfait médecines douces.
Harmonie Mutuelle [5] Missions locales / PAIO	55 €/séance ; 4 ou 6 séances/an **220 ou 330 €/an**	Contrat collectif 2026 : socle ou socle + option.
Macif [6] Macif Mutuelle Santé	**25 à 45 €/séance** 2 à 4 séances/an	Dès la formule Essentielle ; selon formule.
MGP [7] Offre PSC	Socle : 40 € × 2 = **80 €/an** Option 1 : 50 € × 4 = **200 €/an** Option 2 : 50 € × 6 = **300 €/an**	Éligibilité à l'offre. Tableau du 01/08/2025.
Mutest [8] Surcomplémentaire	Niveaux 1-2 : **50 €/an** Niveaux 3-6 : **100 €/an**	Surcomplémentaire non responsable ; forfait bien-être partagé.
AMPLI [9] Essentielle / Confort / Renforcée	20 / 30 / 40 €/séance 4 séances/an : **80 / 120 / 160 €/an**	**Grille 2025 : maintien en 2026 non confirmé.** Faire valider les montants.

Les plafonds calculés (montant × nombre de séances) supposent que le forfait est entièrement disponible. Les montants indiqués ne sont pas nécessairement réservés à la sophrologie. Sources et liens : page 3.

2. Prise en charge mentionnée, montant à demander

Ces organismes mentionnent la sophrologie dans leurs offres ou documents. Le montant applicable doit être recherché dans votre propre tableau de garanties.

Organisme	Offre ou précision publiée
AÉSIO Mutuelle [10]	AÉSIO Santé Particuliers, selon le niveau souscrit.
Apivia [11]	Sophrologie mentionnée parmi les pratiques pouvant être remboursées, selon les garanties.
Ociane Matmut [12]	Sophrologie incluse dans le forfait confort, selon les garanties.
Mgéfi [13]	Participation possible ; consulter le règlement de l'offre État ou territoriale concernée.
Mutuelles du Soleil [14]	Sophrologie mentionnée parmi les médecines douces des offres pour particuliers.
La Mutuelle Familiale [15]	Sophrologie mentionnée sur la page consacrée aux garanties médecines douces.

Attention : une mention ne suffit pas

La mention « sophrologie » dans un contrat ne garantit pas le remboursement chez tout sophrologue. Un sophrologue ne possède pas de numéro RPPS ou ADELI du seul fait de cette activité. Une condition exigeant cet identifiant peut donc empêcher votre remboursement.

Offres non retenues dans cette liste : MGC Futé exige un numéro RPPS sur la facture [A] ; SMI Santé exige un praticien recensé à ADELI ou exerçant dans un établissement FINESS [B] ; SwissLife Prévoyance Entreprises + mentionne une condition RPPS ou ADELI [C]. Ces restrictions ne permettent pas de confirmer la prise en charge chez un sophrologue indépendant sans ces identifiants. Elles ne signifient pas que ces organismes ne remboursent jamais la sophrologie. **Demandez une confirmation écrite pour votre praticien avant toute séance.**

Les 4 points à vérifier auprès de votre mutuelle

1. Votre formule couvre-t-elle expressément la **sophrologie** ?
2. Quel est le plafond par séance et le **budget encore disponible** ?
3. Quelles qualifications ou quels identifiants du praticien sont exigés ?
4. Quels justificatifs transmettre, notamment la **facture acquittée** ?

Votre organisme ne figure pas dans cette liste ? Cela ne signifie pas qu'il ne rembourse pas la sophrologie. Interrogez-le directement. Cette liste est informative, non exhaustive et ne constitue ni un classement ni une recommandation de souscription.

Sources et documents

Pour consulter les garanties publiées

Sources officielles consultées au 8 novembre 2026. Cliquez sur une référence pour ouvrir la page ou le PDF. Les documents datés de 2025 sont identifiés comme tels ; leur présence en ligne ne garantit pas leur application à votre contrat.

[1] APICIL - Sophrologie : quel remboursement ? • 05/05/2026
Consulter la source officielle

[2] APRIL - Assurance médecines douces • page non datée
Consulter la source officielle

[3] CCMO - Serenya Santé • mise à jour 03/07/2025
Consulter la source officielle

[4] Harmonie Mutuelle - Protection Santé Entrepreneur • page non datée
Consulter la source officielle

[5] Harmonie Mutuelle - Missions locales / PAIO • tableau 2026 (PDF)
Consulter la source officielle

[6] Macif - Médecine douce : quels remboursements ? • page non datée
Consulter la source officielle

[7] MGP - Garanties PSC • mise à jour 01/08/2025 (PDF)
Consulter la source officielle

[8] Mutest - Surcomplémentaire non responsable • page non datée
Consulter la source officielle

[9] AMPLI - AMPLI-SANTÉ • grille au 01/01/2025, p. 14 (PDF)
Consulter la source officielle

[10] AÉSIO Mutuelle - Offre jeune / AÉSIO Santé Particuliers • page non datée
Consulter la source officielle

[11] Apivia - Médecine douce : informations sur les prestations • page non datée
Consulter la source officielle

[12] Ociane Matmut - Médecines douces remboursées • page non datée
Consulter la source officielle

[13] Mgéfi - La sophrologie • page non datée
Consulter la source officielle

[14] Mutuelles du Soleil - Offres particuliers • page non datée
Consulter la source officielle

[15] La Mutuelle Familiale - Mutuelle médecine douce • page non datée
Consulter la source officielle

Sources de l’avertissement (offres non retenues)

[A] MGC - Guide pratique MGC Futé • 2026, p. 8 (PDF)
Consulter la source officielle

[B] SMI - SMI Santé • garanties au 01/01/2026 (PDF)
Consulter la source officielle

[C] Swiss Life - Prévoyance Entreprises + • dispositions générales (PDF), date non établie
Consulter la source officielle

Seules les conditions de votre contrat et la confirmation de votre organisme font foi. Les garanties peuvent évoluer.