



Formation : Accompagner l'intime en conscience

Une formation immersive sur 3 journées pour oser toucher la vulnérabilité et révéler la force de l'intime.

Dans chaque geste, chaque regard, chaque mot, se déploie la puissance d'un accompagnement sensible et respectueux, apprenez à être présent.e avec douceur et sincérité !

Public visé

Cette formation s'adresse aux professionnel·le·s œuvrant auprès de jeunes et d'adultes en situation de vulnérabilité qui souhaitent créer un projet d'accompagnement à l'intime concret.

Ce qui relie ces personnes est cette capacité à vivre avec une haute sensibilité, souvent née de parcours de vie, d'une diversité cognitive ou d'expériences fragiles.

Ce qu'elles ont en commun, c'est aussi cette puissance de ressentir et cette ouverture intérieure, qui peuvent révéler à la fois une fragilité précieuse et une force insoupçonnée.

Et lorsque nous accompagnons ces personnes, c'est notre propre vulnérabilité qui se dévoile, révélant notre capacité à toucher cette dimension fragile, authentique, et profondément humaine.

Contexte et enjeux

L'espace de l'intime se manifeste dans la relation, par des signaux subtils ou évidents : mots, regards, mouvements, toucher, émotions, pensées. Son dévoilement, même imperceptible, influence profondément la dynamique et la qualité de l'échange. Cet espace fragile, au cœur de chaque rencontre, peut faire vaciller, révéler une souffrance ou une demande d'aide.

Comment percevoir ce qui est là, sans l'envahir, ni le dénier ?

Comment trouver sa juste place face à cette relation fragile ?

Comment accompagner avec douceur, finesse et conscience ?

Ce temps de formation est une invitation à lâcher le mental pour écouter, ressentir, explorer. C'est tout votre corps qui devient le véhicule d'un accompagnement en pleine présence.





Objectifs de la formation

- Développer une conscience fine et authentique de sa présence corporelle.
- Accueillir et percevoir les signaux subtils de l'espace intime.
- Explorer et pratiquer le toucher en conscience, avec intention, douceur et respect.
- Approfondir la notion de consentement : dire oui, dire non, entendre les autres, dans la vie quotidienne et professionnelle.
- Cultiver la reliance à soi, à l'autre, à la nature, dans un cadre de confiance et de sécurité.
- Créer, à partir de la Voie du corps en conscience et des outils acquis, un projet d'accompagnement concret adapté à votre contexte professionnel ou personnel : ateliers, séances, parcours.

La Voie du Corps en Conscience : une approche corporelle, artistique et sensible

Par des expériences concrètes, ludiques, artistiques et sensorielles, vous vivrez une immersion en profondeur dans la douceur et la puissance de votre corps, pour mieux accompagner la vulnérabilité et la force intérieure de chaque individu.

Déroulé proposé des 3 journées

Jour 1 : La sphère intime – écoute et présence dans la relation

Objectif visé : Développer une conscience fine de sa présence corporelle et comprendre l'impact du corps dans la relation.

- Présence ici et maintenant : techniques d'ancrage et de centrage.
- Partages de situations rencontrées, pour sentir où la relation inquiète ou remue.
- Prise de conscience de la permanence du corps dans chaque échange.
- Exploration de votre rapport personnel au corps — le vôtre, celui de l'autre, et en général.
- Effets de cette conscience sur votre posture et votre façon d'être présent·e.
- Travail d'intériorité : écoute des sensations, ouverture à la vulnérabilité, gestion de l'auto-positionnement.

Jour 2 : Le toucher en conscience – expérience des sens et expression artistique

Objectif visé : Éveiller la capacité à toucher en présence et en douceur, et faire de cette pratique un outil de reliance.

- Moment d'ancrage et de pleine présence : alignement corporel et sensoriel.
- Origines et ingrédients du toucher conscient : intention, contexte, authenticité.
- Revue de la perception fine : comment laisser le corps, l'émotion, l'expérience sensorielle guider l'accompagnement.
- Impact du toucher sur la relation : créer un espace de confiance, d'écoute sensible.
-





- Expression sensorielle et artistique : jeux d'expression corporelle, peinture, poésie pour laisser émerger la sagesse du corps.
- Travail personnel : explorer comment ces outils peuvent renforcer votre pratique dans votre contexte précis.

Jour 3 : Le consentement – Clarté, responsabilité et accueil

Objectif visé : Renforcer la conscience du “oui” et du “non”, savoir le dire, le recevoir, et agir avec responsabilité.

- Présence pleine dans l'instant : recentrage corporel et mental.
- Jouer avec la distinction “oui” / “non” dans la vie quotidienne : ancrer la confiance dans la voix, dans le corps.
- Apprendre à exprimer “oui” ou “non” en toute sincérité.
- Écouter, entendre et respecter le “oui” ou “non” de l'autre.
- La responsabilité : faire des choix en conscience, assumer ses limites et ses désirs.
- Mise en pratique dans des situations concrètes
- Clôture avec un jeu pour intégrer la juste place dans la relation.
- Évaluation
- Attestation

Pendant la formation : un outil précieux

Un **carnet d'accompagnement à l'intime** vous sera proposé, pour structurer votre démarche, soutenir votre pratique régulière, et accompagner chaque personne avec cohérence, douceur et conscience.

Ce qui vous attend :

- Une expérience corpo-sensorielle, artistique et vivante.
- La découverte d'un espace intérieur où la vulnérabilité et la puissance peuvent cohabiter.
- La mise en pratique d'outils concrets pour accompagner avec clarté, présence et douceur.
- Une autonomie renforcée pour poser votre juste place dans chaque relation.

Vous souhaitez rejoindre ce mouvement de conscience et de reliance vers une société plus humaniste Réservez votre place dès maintenant !

Prochaines sessions ci-dessous





Les sessions à venir

A Etoy : 18 septembre, 30 septembre, 7 octobre 2025

A Genève : 20 octobre, 6 novembre, 18 novembre 2025

A Etoy : 28 octobre, 11 novembre, 20 novembre 2026

Coût : 750.- l'ensemble de la formation, inclus le carnet d'accompagnement

Maximum : 6 personnes

Modalités d'inscription

Tarif : 750.-, les 3 journées

L'inscription est validée au paiement des arrhes 100 frs.

Compte post IBAN CH95 8080 8006 8332 5855 1

Christine Fayet

1211 Morges (Suisse)

Session choisie :

Nom prénom :

Adresse :

Adresse E-mail :

Téléphone :

Lieu date et Signature :

Merci de retourner l'inscription à l'adresse suivante

Christine Fayet

00 (41)79 688 72 50/ contact@christinefayet.com



