



## **Formation :**

### **L'écoute du corps, un pilier pour accompagner l'intime en conscience**

**Une immersion de 3 journées pour expérimenter, approfondir et renforcer votre capacité d'écoute sensible dans un cadre bienveillant.**

Destinée aux professionnel·le·s œuvrant auprès de jeunes et d'adultes en situation de vulnérabilité (personnes en situation de handicap, personnes âgées dépendantes, jeunes en difficulté, personnes atteintes dans leur santé physique ou psychologique), cette formation vous fournit des outils pour :

- Cultiver une perception fine et sincère de votre présence corporelle.
- Développer un toucher en douceur et en authenticité, sans intention particulière, pour faire émerger la sagesse du corps.
- Accompagner avec conscience le processus de consentement : dire, entendre, respecter le « oui » et le « non » chez les patient.e.s ou usager.ère.s

Un carnet pratique, inclus, vous accompagne dans votre pratique quotidienne :

- Exercices simples pour approfondir votre écoute du corps.
- Outils concrets pour cultiver confiance, reliance et présence.
- Un guide pour continuer à ouvrir votre perception corporelle avec douceur et conscience.

### **Ce que cette formation vous offre :**

- Une expérience corporelle, sensorielle et artistique, vivante et incarnée.
- La découverte d'un espace intérieur où vulnérabilité et puissance cohabitent.
- Des outils facilement intégrables dans votre pratique professionnelle.
- La confiance nécessaire pour accompagner chaque relation intime avec sensibilité et justesse

## **Contenu détaillé de la formation**

### **Jour 1 : La sphère du ressenti — La conscience dans la relation**

**Objectif :** Développer une conscience fine et sincère de sa présence corporelle.

- Techniques d'ancrage, de gestion du stress, et d'ouverture à la vulnérabilité.
- Explorer le rapport au corps, ses sensations et ses émotions.
- Travail d'écoute intérieure, gestion de l'auto-positionnement, pour une présence authentique.





## **Jour 2 : Le toucher en conscience — La confiance par l'expérience sensorielle**

**Objectif :** Éveiller la capacité à toucher avec douceur et intention, en laissant émerger la sagesse du corps.

- Une revue de la perception fine : apprendre à écouter ses sensations et ses émotions.
- Pratiques d'expression artistique : peinture, poésie, expression corporelle pour laisser la sagesse du corps s'exprimer.
- Techniques pour renforcer la reliance et la confiance dans le toucher.

## **Jour 3 : Le consentement — La clarté et la responsabilité**

**Objectif :** Renforcer la conscience du « oui » et du « non », savoir les dire, les entendre, et agir en pleine conscience.

- Techniques de recentrage corporel et mental.
- Jeux de distinction pour faire la différence entre « oui » et « non » dans chaque situation.
- Mise en pratique concrète, jeux d'intégration, et évaluation.

### **Pendant toute la formation :**

Un carnet d'accompagnement à l'intime sera remis pour structurer votre pratique, soutenir votre évolution, et accompagner chaque personne avec cohérence, douceur et conscience.

### **Ce qui vous attend :**

- Une expérience corporelle, sensorielle, artistique et vivante.
- La découverte d'un espace intérieur où vulnérabilité et puissance cohabitent.
- Des outils concrets, facilement utilisables dans votre pratique.
- Une autonomie renforcée pour poser votre juste place dans chaque relation.

### **Intervante :**

Christine Fayet

Spécialiste en Santé Sexuelle

Formatrice (BFFA)

Éducatrice spécialisée

Artiste

Créatrice d'un espace dédié à révéler la force et la splendeur du féminin

[www.sphèreintime.com](http://www.sphèreintime.com)





## Réservation et contact :

Vous souhaitez rejoindre cette démarche de conscience et de reliance ?  
Réservez votre place dès maintenant en contactant :

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

### Prochaines sessions ci-dessous

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

**A Etoy** : 28 octobre, 11 novembre, 20 novembre 2025

### Modalités d'inscription

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

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](mailto:contact@christinefayet.com)

