

## DATES DE FORMATION 1ERE ANNEE / 2020

1	Du 11 au 13 janvier 2020
2	Du 28 au 30 mars 2020
3	Du 16 au 18 mai 2020
4	date à définir (juillet ?)
5	date à définir (septembre ?)

## NOMBRE D'HEURES DE FORMATION

20h de formation par stage (① à ④)  
26h (stage ⑤).  
Soit 106h au total.

## LIEU DE FORMATION

La Fontaine de l'Aube - 11 chemin de Lauris – 84160 CADENET (sud Luberon, 18km d'Aix en Provence).

## COÛT DE LA FORMATION

### ➤ Tarif Individuel :

400€/stage 3 jours – 520 €/stage 4 jours

Total formation : 2 120 €

(y compris inscription, supports de cours)

*Paiements échelonnés mensuels.*

### ➤ Tarif Prise en charge / Entreprise :

600 €/stage 3 jours – 780 €/stage 4 jours

Total formation (y compris inscription) : 3180 €

*Renseignez-vous pour constituer le dossier de demande.*

## TARIFS RÉSIDENTIEL / Hébergement et repas

La Fontaine de l'Aube propose un hébergement :

Exemples tarifs : chambre à 2 lits, 28€/personne – Chambre collective, 6 lits

superposés, 19€/personne, Camping/camping car, 10€

Site : <http://www.lepetitprince.asso.fr/index.php>

Page Facebook : « Association Le Petit Prince – Organisateur de mieux-être ensemble »

Sinon, hébergement dans le village type B&B. Liste fournie sur demande.

### Renseignements et inscriptions

Tél Claire Davrainville 06 15 76 11 87 e-mail : [ecole.fbe@gmail.com](mailto:ecole.fbe@gmail.com)

BNPSI Portage / N°Siret 480 126 838 00022

Déclaration d'existence auprès de la DIRRECTE en tant  
qu'**organisme de formation** sous le numéro **82 69 08837 69**

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

ÉCOLE DE FASCIA BIEN-ÊTRE® / FASCIA ESTHÉTIQUE®



## FORMATION FASCIA BIEN-ÊTRE®

1<sup>ÈRE</sup> ANNÉE



Dessin M. Valet

**PROCHAIN DEBUT DE FORMATION  
JANVIER 2020**

Formation en petits groupes (maximum 12 personnes)  
(Sud Luberon 1/2 h d'Aix en Pce)

Cursus de base/1<sup>ère</sup> année : 4 stages de 3 jours + 1 stage de 4 jours  
Professionne(le)s du soin du corps  
et de la personne  
Professionnel(le)s de la gestion du stress  
Esthéticien(ne)s

Sous l'effet de la répétition de **stress**, les crispations augmentent, le PH du tissu conjonctif s'acidifie, entraînant une stagnation des liquides et une perte d'élasticité, de souplesse générale du corps, de la peau, du visage et de ses expressions. La vie interne du corps perd en qualité. La personne perd du lien avec son sentiment d'existence.

Cette méthode de soins est basée sur l'écoute, la stimulation et l'activation du *mouvement interne* des tissus, par des touchers manuels spécifiques. Cette animation, perçue même lorsque le corps ne bouge pas, anime la peau (applications esthétiques), les fascias, le tissu conjonctif en général.

*Les touchers relancent et optimisent la physiologie naturelle du corps.  
La personne retrouve un lien avec sa profondeur.*



### La formation 1<sup>ère</sup> année est axée sur la gestion manuelle des aspects biologiques du stress.

Il propose un contenu de formation en rapport avec cet objectif : cours théoriques sur le stress, pratiques associées, comment envisager le stress tissulaire, le stress vasculaire. Une large place est donnée à l'équilibration de la sphère liquidienne (**touchers spécifiques : drainage sensori-liquidien, relance de la microcirculation, pulsologie**). Tous les touchers peuvent avoir des applications dans le domaine de l'esthétique.



### LES OBJECTIFS GÉNÉRAUX DU SOIN

Apporter une **relaxation profonde**,  
**Relâcher** et remettre en mouvement les zones tendues,  
**Revitaliser** les tissus : peau, fascias, aponévroses,  
**Relancer** les échanges tissulaires et cellulaires,  
**Resynchroniser** les rythmes du corps,  
**Équilibrer** le tonus dans l'ensemble du corps,  
**Ressentir son corps autrement** : établir un nouveau rapport avec son corps.

### LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- développer une réelle expertise en soin anti-stress dans un cadre de bien-être,
- optimiser vos compétences professionnelles,
- offrir une nouvelle dimension à vos soins.

### LE PUBLIC CONCERNÉ

Ce cycle est destiné aux professionnels du soin du corps et de la personne (esthéticiennes, masseurs, infirmières, sage-femmes...), aux professionnels spécialisés dans la gestion du stress, aux personnels de SPA et de thalassothérapie, ainsi qu'à toute personne désireuse de découvrir une nouvelle approche du corps par le toucher manuel.

### L'ÉVALUATION

La validation de la 1<sup>ère</sup> année se fera après la réussite des évaluations théorique et pratique. Le titre de « Fascia Esthéticienne » ou « Praticien.ne en Fascia Bien-Être® » sera alors décerné, en fonction du terrain de pratique.

#### CONTROLE CONTINU

Comptes-rendus de pratiques faites dans les entre-deux stages et questions écrites en début de stage portant sur le programme du stage précédent.

#### AU STAGE ©

Écrit : Questions sur la théorie et compte-rendu d'une étude de cas sur plusieurs séances.

Oral : Présentation de l'étude de cas et questions sur la pratique.

### NOTA BENE

Cette formation nécessite un travail personnel aussi bien sur le plan théorique que sur le plan pratique. Cela suppose d'avoir – ou d'organiser – un terrain d'expérience pratique.

Il est également conseillé, pendant la durée de la formation, de bénéficier, de séances de fascia (-thérapie ou -bien-être) afin de « peaufiner » la perception et d'expérimenter à titre personnel les effets du travail.

### Programme détaillé de la formation 1<sup>ère</sup> année sur demande

### ANIMATION

**Claire Davrainville**, fondatrice de l'École de Fascia Bien-Être® et créatrice du concept de Fascia-Esthétique®, enseignante DE, Master I de psychopédagogie de la perception (Sciences de l'éducation), DESS « Mouvement, Art et Thérapie ».

Formée depuis 1989 à la fasciathérapie (mdb), aux techniques vasculaires, aux techniques esthétiques ainsi qu'à l'accompagnement individuel en gestion psycho-corporelle du stress.

30 ans de pratique de fasciathérapie en cabinet et animation de groupes.

#### **Assistants :**

En fonction du nombre d'inscrits à la formation, une équipe d'accompagnants est constituée, afin que « l'aide à la main » soit optimale pour l'apprentissage et l'intégration du toucher.