

ALV - ACCOMPAGNER LA VIE

"Un temps pour prendre soin des soignants"



* Vous pouvez suivre ces formations :

- "à la carte" à titre personnel ou en complément de votre profession. Ouvert à tous les accompagnants (thérapeutes, coach,...) quelle que soit leur pratique.

- dans le cadre d'un parcours pour devenir **Kinésologue Pro Général** (parcours 1) ou **Kinésologue Pro Spécialisé** (parcours 2 à 7), où il vous sera demandé de suivre le niveau 1 de ce module (ALV 1).

Les étudiants qui suivent un parcours de "Consultants" (TIOC, TFH, EDU-K) peuvent également y participer, pour apprendre à placer leur écoute au niveau du cœur.

Intitulé du Module	Intitulé des Cours	J	H.	Coût	Dates de cours
« Accompagner la Vie »	- ALV 1	4	28	480 €	28 au 31 octobre 22* (Groupe A) 22 au 25 avril 23* (Groupe B)
	- ALV 2	4	28	480 €	28 nov. au 01 déc. 22 (Groupe A) - Mayenne 26 au 29 juin 23 (Groupe B)

* Ces cours auront lieu dans une salle de l'espace Coéthic (à 5mn en voiture de l'ECAP)

FORMATRICE



Léa CHILLET

Praticienne et Formatrice certifiée en Maïeusthésie

06 58 79 41 59 - chilletlea@gmail.com

J'ai à cœur d'offrir un temps pour prendre soin des accompagnants à travers les difficultés qu'ils rencontrent, tout en les invitant à découvrir l'être sensible qu'ils sont, riche de multiples ressources et potentiels. La posture d'écoute que je pratique est celle que propose la **maïeusthésie**.



Se rencontrer : apporter de la clarté en Soi afin d'accompagner l'autre au mieux vers sa complétude.

Accompagner l'autre invite à aller se rencontrer. Nous pourrions partir, par exemple, des situations difficiles d'accompagnement que vous rencontrez. **Avec délicatesse** et bienveillance, je vous propose de profiter des inconforts soulevés par ces situations, afin d'apporter plus de clarté et de conscience en vous.

Déployer ses ressources, ses potentiels : rencontrer l'être unique que l'on est **Être soi**, c'est se découvrir lorsque nous ne sommes plus identifiés à nos blessures. Qui suis-je réellement ? Quelle est ma sensibilité ? Quelles sont mes ressources ? Comment faire confiance à mes perceptions subtiles ? Qu'est-ce qui fait que je me sens « à ma place » quand j'accompagne l'autre ? Comment me sentir libre dans les accompagnements que je propose ? Vous êtes invités à accueillir l'être unique que vous êtes, disposant d'un grand potentiel pour accompagner l'autre.

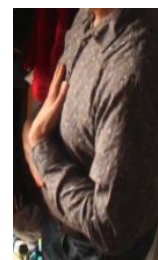


Savoir communiquer : savoir être authentique et assertif

Pratiquer l'**assertivité** (oser s'affirmer dans le respect d'autrui) est une compétence qui soutient le soin dans la relation. Être thérapeute invite à faire preuve d'**authenticité**. Nous ne sommes pas des « tout puissants » qui allons sauver l'autre mais simplement des êtres humains en chemin. Oser exprimer sa vulnérabilité invite l'autre à se dire en toute simplicité.

Accompagner avec le cœur : une posture plus qu'une technique

J'ai l'élan de vous transmettre cette posture qui se résume à **accompagner la Vie**. Cette approche ne demande aucun effort : elle accompagne un processus en cours avec **délicatesse et réjouissance**. Des ateliers de pratique seront proposés pour oser vous laisser traverser par « plus grand » avec les outils d'accompagnement que vous avez l'habitude d'utiliser, dans un élan de rencontre joyeux avec l'humain qui se trouve en face de vous.



Ces sessions se vivent en groupe et offrent l'avantage de vivre une dynamique où chaque participant peut être révélateur de Soi tant dans les limites que vous vivez que dans les potentiels en cours de déploiement. Au cours de chaque session, je propose d'être au service de chacun selon ses **besoins** (mettre de la conscience sur ce qui se joue face à une situation difficile, pratique de l'assertivité, etc...) individuellement et collectivement. La 1^{ère} session soutiendra la **découverte** de cette posture, tandis que la 2^{ème} accompagnera son **intégration** au sein de votre pratique professionnelle.

"Notre peur la plus profonde n'est pas que nous ne soyons pas à la hauteur. Notre peur la plus profonde est que nous soyons puissants au-delà de toute limite. C'est notre propre lumière et non pas notre obscurité qui nous effraie le plus." Marianne Williamson

FORMATIONS ET EXPERIENCES DE LEA CHILLET

- Moonmother (Bénédictioin et soin de l'utérus) avec Miranda Gray
- Cercle de femmes (des 13 Gardiennes)
- Apprentissage de la symptothermie avec Karen Morand
- Formations en Maïeusthésie avec Thierry Tournebise
- Formation d'orthophonie à l'école de Lyon
- Formation en massage intuitif avec Marylène Lécuyer
- Massage bébé
- Haptonomie
- Initiation au test musculaire (kinésiologie)
- Initiation à l'Onsei Do avec Isabelle Padovani
- Rencontre/darshan avec Amma
- Retraites spirituelles avec Mundara
- Quête de vision
- Weekend chamanique sur des lieux sacrés en Bretagne
- Permaculture humaine
- Stage de pédagogie coopérative avec Isabelle Peloux (aux Amanins)
- Formation à l'éducation démocratique (à Pourgues)
- Initiation au forum de Zegg (collectif de l'Aérium)
- Initiation aux cercles restauratifs
- Pianiste
- Percussionniste (batucada, steel drum, marimba, djembé)
- Jazz vocal, pratique vocale au centre de la Voix à Lyon
- Pratique de la danse africaine
- Stages de cirque
- Stages de clown avec Lydie Taïeb
- Accompagnement de mes 3 enfants en apprentissage autonome (unschooling)