



# FORMATION

## **LE TOUCHER RELATIONNEL**

ISSU DE LA FASCIATHÉRAPIE - MDB  
ET DE LA SOMATO PSYCHOPÉDAGOGIE

# SE FORMER AU TOUCHER RELATIONNEL ET TOUCHER DES FASCIAS- MODULE 1

## **Touchez la Vie au cœur du corps**

Vous souhaitez apprendre le toucher relationnel *Méthode Danis Bois* (MDB), afin d'en recueillir les fruits pour vous-même et/ou d'en faire bénéficier les personnes que vous accompagnez ?  
J'ai conçu ce module pour vous permettre de maîtriser des protocoles efficaces en un temps assez court.

## **3 stages de 3 jours en présentiel à Nantes**

= 9 jours de formation, pour une durée totale de 57H en présentiel plus des cours en ligne d'anatomie animés par Karine d'environ d'1H30 avant chaque stage, pour celles et ceux qui ne connaissent pas les bases

+ Travail personnel interstage (environ 20h)

## **SESSION 2026**

**26, 27, 28 juin**

**11,12,13 septembre**

**6,7 et 8 novembre**

Les vendredis de 9H30 à 12h30 et de 14h à 18h00 (soit 7h)

Les samedis de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h00 (soit 7h)

Les dimanches de 9H30 à 12H30 et de 14H à 16H (soit 5h )

# INFOS PRATIQUES

## LIEU

Cabinet de Kinésithérapie et d'Ostéopathie  
3, allée Jacqueline Maillan  
44200 Nantes

## PUBLIC ET PRÉREQUIS

- Professionnels de l'accompagnement individuel ou collectif, la relation d'aide, la psychologie, la santé physique ou psychique, la pédagogie, l'éducation, les professionnels du corps et du bien-être
- Tout professionnel qui souhaite utiliser le toucher relationnel dans son cadre d'exercice, pour optimiser sa posture professionnelle, ses manières d'être en relation ou s'appuyer sur la dimension éducative et relationnelle du toucher
- Professionnels des pratiques de la MDB, souhaitant réactualiser leurs connaissances et leur pratique du toucher
- Toute personne désireuse de découvrir, par le toucher, une autre façon d'entrer en relation avec le corps d'une personne

## TARIFS

**Tarif individuel**

**1 440 € TTC**

# OBJECTIFS DE LA FORMATION

A l'issue de ce cursus, vous serez en capacité de :

- Maîtriser les protocoles de base du toucher relationnel et du toucher des fascias dans ses dimensions technique, éducative et relationnelle, dans l'objectif de réaliser un accordage entre corps et psychisme des personnes accompagnées.
- Transférer les compétences (perceptives, cognitives, relationnelles) acquises en stage dans votre cadre professionnel.
- Effectuer des exercices de pleine présence (gestuelle, méditation) à visée d'enrichissement de votre posture personnelle et professionnelle (stabilité psychique, vitalité, qualité de présence, conscience corporelle).

## MODALITÉS PRATIQUES DE LA FORMATION

Suivi de l'exécution et évaluation des résultats

- Feuilles de présence
- Mises en situation supervisées au cours des stages d'enseignement
- Production d'écrits (appropriation des apports théoriques et description d'expérience)
- Attestation de réalisation de l'action d'enseignement
- Questionnaire soumis aux stagiaires à l'issue du cursus

Ressources techniques et pédagogiques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à l'enseignement
- Supports de cours projetés
- Exposés théoriques
- Mises en situation pratiques individuelles, en binômes et en groupe
- Mise à disposition en ligne de documents supports pendant et à la suite du cursus

**Contact / Informations Complémentaires**

**Géraldine Lefloch : 06.81.51.23.31**

**[g.lefloch@hotmail.fr](mailto:g.lefloch@hotmail.fr)**

# CONTENU ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

« Dans ce contexte, le toucher de relation présente une forte dimension de relation d'aide où le praticien est à la fois expert dans l'art du toucher et pédagogue dans l'art d'accompagner une personne à apprendre de ses vécus internes et à accéder à de nouvelles connaissances qui participeront à sa transformation. »

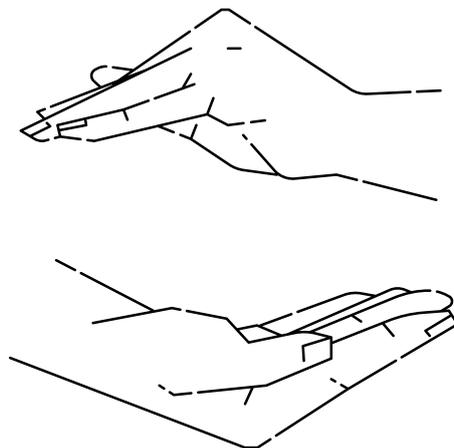
Hélène Bourhis-Bois

## Une pédagogie expérientielle et différenciée !

Notre programme d'enseignement est conçu pour répondre à la diversité des manières d'apprendre de chacun. Pour certains il est important de bien comprendre avant de pratiquer ; pour d'autres c'est grâce à l'action et à la sensation que la compréhension s'organise. C'est la raison pour laquelle une alternance de mises en situation expérientielle et d'éclairages théoriques sera respectée tout au long de ce cursus, ainsi qu'une pédagogie progressive et participative (appropriation des connaissances).

## Un lien concret avec votre pratique professionnelle

A chaque étape et quel que soit le thème proposé, les participants seront concernés par cette question : Qu'est-ce que je vis dans mon expérience ? Qu'est-ce que cela m'apporte (compétence, manière d'être) ? Quel lien concret avec ma pratique professionnelle et quel.s transfert.s possible.s ?



# SE FORMER AU TOUCHER RELATIONNEL

## Qu'est-ce que le toucher relationnel ?

Le toucher MDB[1] est une technique douce, non manipulative, relationnelle, qui respecte aussi bien la dynamique interne du corps que la demande de la personne.

Sa spécificité est son action sur **le mouvement interne** qui anime de manière lente et constante l'intérieur du corps dont **les fascias**.

La relance de la circulation de ce mouvement interne au niveau de tous les tissus du corps, participe au maintien de toutes les grandes fonctions de l'organisme et est ressentie comme une force bienfaisante, douce et profondément régénératrice.

Dans cette formation vous apprendrez à percevoir et à comprendre le rôle des différents fascias et leurs impacts sur la santé somato-psychique. Vous découvrirez comment **relancer le biorythme sensoriel** qui est une expression du mouvement interne et lui aussi au **service de la vitalité et de l'autorégulation physique et psychique**. Il crée en effet une unité somato-psychique en remettant toutes les parties anatomiques du corps dans le même rythme, de 2 cycles par minute, et dans une cohérence des orientations tissulaires.

## Quelle est l'origine de ce toucher et de la pédagogie pour l'enseigner ?

Tous les protocoles, la méthodologie pratique et les concepts théoriques de cette approche ont été élaborés par le Pr Danis Bois et son équipe. Ils ont fait l'objet de nombreux travaux scientifiques que vous pouvez consulter sur le site du laboratoire de recherche du CERAP ([www.cerap.org](http://www.cerap.org)).

**Le toucher relationnel/ tofait partie de la riche palette des outils pratiques de la MDB avec la gymnastique sensorielle, la méditation Pleine Présence et l'entretien à médiation du corps sensible.** La MDB est une méthode globale qui s'inscrit entre autres dans le courant de la psychologie humaniste, des médecines holistiques et intégratives. Il privilégie l'approche somato-psychique en faisant le choix de travailler sur le corps (soma) pour avoir ~~une action sur le psychisme de la personne accompagnée.~~

[1] MDB pour « Méthode Danis Bois », du fait de la spécificité de ce toucher qui se différencie y compris d'autres approches pratiques et théorique du travail sur les fascias du corps

Quels sont les bénéfices attendus ?

**Ils sont de deux ordres : personnels et professionnels**

### **Au niveau personnel**

Le premier bénéfice de cet apprentissage est de vivre les effets de ce toucher sur vous-même, bienfaits corporels (détente profonde, soulagement des tensions physiques, meilleure perception du corps, sentiment d'habiter son corps et de retrouver des repères internes, de la vitalité et de la chaleur humaine), mais aussi psychiques, cognitifs et émotionnels (nettoyage de mémoires douloureuses engrammées dans le corps, meilleure capacité d'attention, apaisement des émotions négatives, de l'anxiété et du stress, mobilisation de la motivation, meilleur adaptabilité, optimisme, implication, confiance en soi, sentiment d'efficacité personnelle).

### **Au niveau professionnel**

Vous pourrez expérimenter, comprendre et maîtriser les principaux protocoles de base du toucher relationnel à visée éducative, relationnelle ou soignante.

Vous pourrez accompagner les personnes en quête de sens, où souffrant dans leur corps des troubles de l'existence.

Enfin, en intégrant cette pratique dans votre quotidien, vous pourrez enrichir votre posture personnelle et professionnelle par votre qualité de présence, d'écoute et de compréhension (de vous-même, de votre entourage), apprendre à prendre soin de vous (en discernant mieux les signaux de votre corps) et à développer de nouvelles compétences relationnelles et d'accompagnement.



*"Derrière un geste thérapeutique, il y a un thérapeute ; et derrière un thérapeute, il y a un Être Humain. Toute l'efficacité de la méthode dépend de la qualité humaine du thérapeute."*

**Danis Bois** (cité par H. Bourhis, p.10, la biomécanique sensorielle méthode Danis Bois 1999 ed point d'appui).

# PROGRAMME

## STAGE 1

**Éveiller le biorythme sensoriel (BSR) du thorax**  
3 jours de formation en présentiel  
soit 19h de cours

**Objectifs : comprendre et expérimenter les dimensions technique et relationnelle du toucher.**

### **Apports théoriques :**

Le toucher relationnel , le toucher des fascias et ses spécificités (le point d'appui manuel ; la notion de psychotonus ; les dimensions technique, relationnelle et éducative du toucher) ;  
le codifié de la construction du Biorythme sensoriel appliqué au Thorax ;  
les pratiques de la Pleine Présence-MDB (gestuelle, méditation) complémentaires dans l'éveil de la conscience corporelle).



### **Anatomie dynamique & physiologie du mouvement :**

Les différentes structures anatomiques du corps ; les différents fascias du corps, propriétés et fonctions du fascia (lien entre tonus et psychisme).

### **Pratiques manuelles :**

Découverte du toucher relationnel au niveau de la peau, des fascias et des protocoles de base (écoute manuelle des différents tissus du corps, pression juste, résistance élastique tissulaire) ;  
toucher technique et toucher relationnel ; point d'appui et éveil psychotonique ; protocoles d'accordage somato-psychique manuel à travers le Biorythme sensoriel.

### **Pratiques de gym sensorielle et de Méditation pleine présence (à chaque stage) :**

Pour faciliter l'éveil de la présence à soi pour une meilleure qualité de présence à l'autre.

### **Intégration des apports théoriques et pratiques (à chaque stage) :**

Ateliers participatifs en petits groupes, travail réflexif écrit ou oral, debriefing, supervision pédagogique ; les temps d'échange et de partage d'expérience permettent de réguler les vécus individuels, d'apporter des éclairages pratiques et théoriques et de mettre en relief les transferts de compétences possibles dans sa pratique professionnelle.

### **Philosophie de l'approche**

La perception du corps est au cœur de la construction identitaire, le toucher relationnel travaille sur le corps (soma) pour avoir une action sur le psychisme de la personne accompagnée.

# PROGRAMME

## STAGE 2

**Éveiller le biorythme sensoriel des membres supérieurs et inférieurs**

**3 jours de formation en présentiel**

**soit 19h de cours**

**Objectifs : comprendre l'installation de la pathologie somato-psychique, remettre en mouvement les zones du corps devenues immobiles et imperçues, expérimenter et comprendre le lien entre perception du corps et de soi.**

### **Apports théoriques :**

Comment se construisent les blocages et les perturbations dans le corps (de l'immobilité tissulaire à l'inconscience psychique ; le modèle de la Voie de résonance d'un choc) ; la voie somato-psychique de résolution (perceptivo-cognitivo-comportementale).



### **Pratiques manuelles :**

Installation du BRS dans les membres supérieurs et inférieurs.  
Apprentissage du codifié des membres supérieurs, des membres inférieurs  
La gestion du point d'appui : tout un art à maîtriser !

### **Anatomie dynamique & physiologie du mouvement :**

Les membres supérieurs et inférieurs et leurs liens avec la psychologie du vivant.

### **Pratiques de gym sensorielle et de Méditation pleine présence (à chaque stage)**

### **Intégration des apports théoriques et pratiques (à chaque stage)**

#### **Philosophie de l'approche**

Suite à des chocs ou des traumatismes, des blocages peuvent s'inscrire dans le corps, le psychisme et même le comportement ; grâce à ce toucher, la personne va pouvoir progressivement retrouver (ou découvrir !) des parties d'elle-même et impacter positivement son équilibre de vie.

# PROGRAMME

## STAGE 3

**Reconstruire l'unité somato psychique par le biorythme sensoriel**

**3 jours de formation en présentiel  
soit 1h de cours**

**Objectifs : comprendre, sentir et se familiariser avec le mouvement interne (signature de l'approche Danis Bois). S'approprier le BRS au niveau du dos et révision globale du BRS.**

### **Apports théoriques :**

Un toucher qui concerne la Vie au cœur du corps ; le mouvement interne, force qui favorise la dynamique d'harmonie, d'équilibre et de résilience somato-psychique, spécificité de notre vision de l'accompagnement

### **Pratiques manuelles :**

Protocoles d'éveil du mouvement interne (construction du point d'appui suivi de la lenteur et des orientations...) ; appréciation des effets déclenchés ; application à la globalité du corps. Remise en rythme de la globalité corporelle.



### **Anatomie dynamique & physiologie du mouvement :**

Colonne vertébrale et fascia dure-mérien, rôle dans la régulation somato-psychique ; synthèse et prise en compte simultanée des différentes structures anatomiques du corps (toucher global et analytique)

### **Pratiques de gym sensorielle et de Méditation pleine présence (à chaque stage)**

### **Intégration des apports théoriques et pratiques (à chaque stage)**

#### **Philosophie de l'approche**

Le mouvement interne éprouvé dans le corps, comme fondement du sentiment de soi et du bien-être

# EQUIPE PÉDAGOGIQUE

## GÉRALDINE LEFLOCH

**RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE**

Kinésithérapeute D.E et diplômée d'un master 2 en psychopédagogie de la perception (Université Moderne de Lisbonne), je travaille en étroite collaboration avec le Pr Danis Bois depuis près de 40 ans. Je suis praticienne et formatrice en fasciathérapie, somato-psychopédagogie, gymnastique sensorielle et méditation pleine présence. J'interviens comme collaboratrice/formatrice sur l'école FasciaTouch à Toulouse.

Passionnée par le mouvement Vivant, il y a quelques années j'ai fondé une école de gymnastique sensorielle en ligne sur [www.emlavi-gymsensorielle.org](http://www.emlavi-gymsensorielle.org)

## KARINE FORGEOT

**ASSISTANTE ET COLLABORATRICE**

Je suis Kinésithérapeute D.E. de formation et fasciathérapeute depuis une douzaine d'années. La fasciathérapie a comblé mes attentes dans la prise en charge holistique de mes patients, aussi bien par la puissance de sa technique, que par la diversité de ses outils. C'est aussi une magnifique technique de transformation de soi et le thérapeute n'y échappe pas! Aujourd'hui, j'ai envie de faire découvrir cette belle méthode.



**Des intervenants extérieurs pourront intervenir ponctuellement**