



**GIULIA CARLONE**

Integrative Body-centered  
Practices for health  
and well-being

Méthodes corporelles  
intégrées pour la santé  
et le bien-être

# FORMATIONS 2024-2025

dans l'accompagnement

## **CORE plus** (ex. IDCA - Intégrer la dimension corporelle dans l'accompagnement)

**DES OUTILS CONCRETS POUR RENFORCER VOTRE  
POSTURE ET ENRICHIR VOTRE VIE ET VOTRE TRAVAIL**

Parcours de formation pour qui, dans un rôle d'accompagnement, veut apprendre à :

- récupérer énergie, clarté et flexibilité au niveau physique, psychique et émotionnel ;
- ressentir et agir en sortant d'une logique uniquement mentale ;
- sortir des schémas qui enferment toujours dans les mêmes conditions, situations, ressentis ;
- vivre au quotidien avec plus d'aisance et d'impact pour diriger l'attention exactement où elle est demandée (au travail, dans la vie personnel, sous stress, dans le loisir) ;
- développer et enrichir la capacité d'inclure le corps et des aspects somatiques dans sa manière d'accompagner ses patients, ses clients, ses enfants.

- ⚡ **5 MODULES DE 3 JOURS EN RÉSIDENTIEL**
- ⚡ **5 SÉANCES EN INTERSESSION (en visio)**
- ⚡ **4 SÉANCES INDIVIDUELLES**
- ⚡ **CAHIER DE TRAVAIL PERSONNEL**
- ⚡ **VIDEOS ET AUDIOS AVEC PRATIQUES GUIDÉES**
- ⚡ **SÉANCES HEBDOMADAIRES D'INTEGRATION (en visio)**

### LE PARCOURS

AOUT – SEPTEMBRE 2024 :

**bienvenu.e à bord !**

Première séance en individuel pour clarifier votre intention et vos objectifs pour la formation

2 SEPTEMBRE 2024 à 20H30 :

**séance d'ouverture  
en ligne**

12, 13, 14 SEPTEMBRE 2024 :

**M1 – initiation à l'attention et à la conscience corporelle**  
en présentiel à La Terriade à Grimone (26)



**GIULIA CARLONE**

Integrative Body-centered  
Practices for health  
and well-being

— Méthodes corporelles  
Intégrées pour la santé  
et le bien-être

# FORMATIONS 2024-2025

dans l'accompagnement

## CORE plus

*(ex. IDCA - Intégrer la dimension corporelle dans l'accompagnement)*

**DES OUTILS CONCRETS POUR RENFORCER VOTRE  
POSTURE ET ENRICHIR VOTRE VIE ET VOTRE TRAVAIL**

SEPTEMBRE 2024 :

**1ère séance intersession**

en ligne (la date et l'heure sera choisi avec les participant.e.s à la formation)

SEPTEMBRE 2024 :

**2ème séance intersession**

en ligne (la date et l'heure sera choisi avec les participant.e.s à la formation)

14, 15, 16 NOVEMBRE 2024 :

**M2 – apprendre à travers le corps : personnages et archétypes**

en présentiel à La Terriade à Grimone (26)

NOVEMBRE/DECEMBRE 2024 :

**2ème séance individuelle**

en ligne ou en présentiel

DECEMBRE 2024 :

**3ème séance intersession**

en ligne (la date et l'heure sera choisi avec les participant.e.s à la formation)

16, 17, 18 JANVIER 2025 :

**M3 – corps, douleur et trauma**

en présentiel à La Terriade à Grimone (26)

FEVRIER 2025 :

**4ème séance intersession**

en ligne (la date et l'heure sera choisi avec les participant.e.s à la formation)

13, 14, 15 MARS 2025 :

**M4 – toucher sans toucher**

en présentiel à La Terriade à Grimone (26)



**GIULIA CARLONE**

Integrative Body-centered  
Practices for ealth  
and well-beign

— Méthodes corporelles  
Intégrées pour la santé  
et le bien-être

# FORMATIONS 2024-2025

dans l'accompagnement

## **CORE plus** (ex. IDCA - Intégrer la dimension corporelle dans l'accompagnement)

**DES OUTILS CONCRETS POUR RENFORCER VOTRE  
POSTURE ET ENRICHIR VOTRE TRAVAIL**

AVRIL 2025 :

**5ème séance intersession**

en ligne (la date et l'heure sera choisi avec les participant.e.s à la formation)

15, 16, 17 MAI 2025 :

**M5 – le toucher relationnel**

en présentiel à La Terriade à Grimone (26)

MARS/SEPTEMBRE 2025 :

**3ème et 4ème séance individuelle**

en ligne ou en présentiel

### LES MODULES EN DETAIL

Chaque module présente l'alternance de temps d'apprentissage théorique, de mise en pratique et d'expérimentation. (à l' hauteur d'environ 75% de pratique et 25% de théorie)

**M1. Initiation à l'attention et à la conscience corporelle** [12, 13 et 14 septembre 2024]

- Explorer et expérimenter ce qu'est l'attention et la conscience corporelle et leurs implications dans la qualité de vie et de travail
- Expérimenter et faire la différence entre image, schéma corporel et perception, leurs interactions et influences réciproques
- Savoir réaliser des séries de pratiques pour entraîner l'attention et la conscience corporelle

**M2. Apprendre à travers le corps : personnages et archétypes** [14, 15 et 16 nov. 2024]

- Définir et reconnaître son propre personnage
- Savoir arrêter son propre personnage
- Décrire ce qu'est un archétype et comment s'en servir
- Savoir mettre en pratique les archétypes pour incarner une qualité/capacité/compétence



**GIULIA CARLONE**

Integrative Body-centered  
Practices for ealth  
and well-beign

— Méthodes corporelles  
Intégrées pour la santé  
et le bien-être

# FORMATIONS 2024-2025

dans l'accompagnement

## **CORE plus** *(ex. IDCA - Intégrer la dimension corporelle dans l'accompagnement)*

**DES OUTILS CONCRETS POUR RENFORCER VOTRE  
POSTURE ET ENRICHIR VOTRE TRAVAIL**

### **M3. Corps, douleur et trauma** [16, 17 et 18 janvier 2025]

- Reconnaître la dimension et le travail du corps face à la douleur et le trauma
- Identifier les réflexes de survie à la lumière de la théorie polyvagale
- Savoir éviter les réactions d'attaque, fuite, et sidération à travers le corps
- Entraîner nos propres capacités d'adaptation et de récupération

### **M4. Toucher sans toucher** [13, 14 et 15 mars 2025]

- L'écoute et la parole dans et pour le corps
- Le corps en tant qu'antenne
- Les dimensions de l'écoute avec le corps
- Sentir et parler au corps
- Entraînement et intégration protocoles de travail en accompagnement + Pratiques en binômes

### **M5. Le toucher relationnel** [15, 16 et 17 mai 2025]

- Les tabous du toucher dans les relations d'accompagnement
- Le toucher relationnel, ses formes, ses espaces, ses implications
- Entraînement et intégration protocoles de travail en accompagnement + Pratiques en binômes



**SOLSTICE SCOP**  
coopérative d'entrepreneur.es  
**ORGANISME DE FORMATION**  
www.solstice.coop

formation@solstice.coop - 04 75 25 32 30  
Écosite, 25 ronde des Alsiers, 26400 Eur  
SIREN 438 279 382 - NAF 7022Z - N°TVA  
Organisme de formation enregistré en France  
sous le n°82260114826. SOLSTICE SCOP,



**GIULIA CARLONE**

Integrative Body-centered  
Practices for ealth  
and well-beign

Méthodes corporelles  
Intégrées pour la santé  
et le bien-être

# FORMATIONS 2024-2025

dans l'accompagnement

## **CORE plus** (ex. IDCA - Intégrer la dimension corporelle dans l'accompagnement)

**DES OUTILS CONCRETS POUR RENFORCER VOTRE  
POSTURE ET ENRICHIR VOTRE TRAVAIL**

### **PRIX**

Particulier : 3200\* €

Professionnel avec financement : 5800€

\*Tarif early bird 2900 € pour toute inscription avant le 31.05.2024  
aussi pour professionnels sans financement

Incluant :

- dossier pédagogique
- supports pédagogiques et d'intégration (cahier de travail, videos et audios avec pratiques guidées)
- séances hebdomadaires d'integration
- 5 séances d'intersession
- 4 séances individuelles de suivi
- +
- hébergement en pension complète

Pour les particuliers possibilité d'établir un paiement échelonné.

**Possibilité de prise en charge formation Qualiopi**

Comment s'inscrire ou s'informer ?

<https://giuliacarlone.com/formations-professionnels/>



**GIULIA CARLONE**

Integrative Body-centered  
Practices for health  
and well-being

— Méthodes corporelles  
intégrées pour la santé  
et le bien-être

# FORMATIONS 2024-2025

dans l'accompagnement

## **CORE plus** (ex. IDCA - Intégrer la dimension corporelle dans l'accompagnement)

**DES OUTILS CONCRETS POUR RENFORCER VOTRE  
POSTURE ET ENRICHIR VOTRE TRAVAIL**

Un échange préalable par téléphone est nécessaire pour voir l'adéquation.  
Un contrat de formation sera édité pour formaliser l'engagement dans la formation.

Un temps de présentation du parcours sera proposé aux personnes intéressées

Intervenante :

**Giulia CARLONE**

*Praticienne en méthodes corporelles intégrées pour la santé et le bien-être | Embodiment  
teacher et formatrice*

Depuis 2002, je m'intéresse aux processus d'apprentissage à travers le corps.

Au cabinet, j'accompagne adultes et enfants à retrouver leur bien-être, se dépasser et réaliser leur plein potentiel. Mon travail est orienté trauma. Il vise à la construction de ressources psycho-physiques et à l'autonomie de la personne dans son parcours d'évolution.

Mon activité de formation est dirigée vers les particuliers et les professionnels. Elle est orientée à la découverte et à l'intégration du corps en tant que ressource dans la vie au quotidien et, pour les professionnels, en situation d'accompagnement.