

LE CONCEPT EXUVI₃ EN 8 POINTS

1. EXUVI₃ : la mue comme principe de soin

EXUVI₃ est une clinique de kinésithérapie intégrative inspirée de l'exuvie : le moment où un être vivant quitte une carapace devenue trop étroite pour continuer à grandir. Nous ne cherchons pas à « réparer » à l'identique, mais à accompagner une véritable mue. Ce cadre guide autant notre philosophie que notre organisation : des séances d'une heure, pensées pour redonner du mouvement, de la confiance et du pouvoir d'agir au patient. Notre choix est clair : offrir ce niveau de qualité dans



On ne « revient » pas à soi :
on s'invente en avançant

un modèle sans dépassement d'honoraires, pour que l'accès au soin ne soit jamais un privilège.

2. La douleur comme signal, pas comme identité

À EXUVI3, la douleur n'est ni glorifiée ni niée. Nous la considérons comme un signal complexe, qui parle d'un corps mais aussi d'un contexte de vie : travail, stress, sommeil, charges familiales, traumatismes passés. Elle indique souvent qu'une manière de fonctionner n'est plus adaptée. Notre rôle est d'aider le patient à comprendre ce signal et à en faire un point de départ. C'est l'essence de l'empowerment : sortir du « je subis » pour entrer dans « je comprends et j'agis », avec un kinésithérapeute qui guide, mais sans jamais confisquer le pouvoir au patient.

3. Des tatamis à la clinique : une histoire de mouvement

EXUVI3 naît d'un parcours personnel. Avant d'être kinésithérapeute, le fondateur a été ancien membre de l'équipe de France de judo. Sur les tatamis, il découvre le langage du corps, la précision du geste, l'humilité face à la défaite. Une blessure sévère au genou interrompt cette trajectoire. Ce n'est pas seulement une rupture sportive, c'est une mue de vie. La kinésithérapie devient alors le nouveau terrain d'expression du mouvement. EXUVI3 garde cette mémoire : respect du corps, goût de l'effort juste, et conviction que chaque blessure peut ouvrir un chemin de transformation durable.

4. Kinésithérapie intégrative et séances personnalisées

La pratique d'EXUVI3 est une kinésithérapie intégrative : elle articule travail manuel, exercice thérapeutique, balnéothérapie, technologies et accompagnement éducatif. Tout commence par un bilan initial de 30 minutes, centré sur l'histoire du patient et l'analyse de son mouvement. Les séances, elles, sont personnalisées : une heure structurée en trois temps complémentaires (évaluer, agir, intégrer). Cette durée permet de faire un vrai travail de fond sans précipitation. Chaque semaine, un staff réunit l'équipe pour discuter des situations complexes et affiner les parcours, afin que la personnalisation reste vivante et cohérente pour chaque patient.

5. Une équipe de kinésithérapeutes et d'APA tournée vers le mouvement

EXUVI3, ce n'est pas seulement un lieu, c'est une équipe. Les kinésithérapeutes et les enseignants en Activité Physique Adaptée (APA) travaillent main dans la main. Les kinés apportent leur expertise clinique, leur capacité à évaluer et à traiter la douleur. Les APA prolongent ce travail sur le terrain du mouvement, de la condition physique et de la confiance corporelle. Ensemble, ils construisent des parcours qui passent du soin à l'entraînement, de la rééducation à la réappropriation. Le patient ne reste pas seul : il est entouré

par une équipe qui partage une même culture du mouvement juste et durable.

6. OK3 : un cadre expérimental pour donner du sens au soin

Au cœur d'EXUVI3, nous développons un cadre expérimental interne : le protocole OK3. Sans en détailler tous les aspects, il organise notre manière d'accompagner le patient autour de trois mouvements clés : Prévenir et comprendre ; Comprendre et agir ; Agir et s'autonomiser. OK3 n'est pas une recette figée, mais une boussole. Il nous aide à mettre du sens dans chaque séance, à relier le temps passé en cabinet au projet de vie du patient, tout en respectant notre engagement d'un accès au soin sans dépassement d'honoraires.

7. Eau, argile et haute technologie au service du vivant

L'environnement technique d'EXUVI3 est au service du vivant. Nos plateaux intègrent balnéothérapie, hydrothérapie et soins de type fango, avec l'argile comme support de chaleur et de décharge mécanique. L'eau aide à redonner confiance, à bouger sans peur. En complément, nous utilisons du matériel BTL de dernière génération, adapté à certaines indications : modulation de la douleur, préparation musculaire, soutien à la cicatrisation. Ces outils n'effacent jamais le cœur du soin : une relation, un geste, un mouvement guidé. Ils amplifient simplement l'efficacité du travail clinique déjà engagé.

8. L'ingénierie du soin EXUVI3

Nous appelons « ingénierie du soin EXUVI3 » la manière dont tout cela s'assemble : une heure de séance, trois temps de rééducation, bilan initial de 30 minutes, staffs hebdomadaires, kinés et APA coordonnés, protocole OK3 en toile de fond, technologies choisies et accès au soin sans dépassement. Plutôt que de multiplier les promesses, nous préférons tenir une ligne simple : chaque patient doit sentir qu'il avance, qu'il comprend ce qu'il fait et pourquoi il le fait. Cette ingénierie reste en mouvement, à l'image de ce que nous demandons au corps : ne jamais cesser d'évoluer.

