

EXPRESSIVITE, RELATION D'AIDE et CHAINES MUSCULAIRES

SESSION II / Approfondissement

Benoît LESAGE

(Les sessions I et II sont indépendantes, mais pour suivre la II il faut déjà connaître les chaînes)

samedi 8 – mardi 11 février 2020 / Echay (Doubs)

Présentation

La session I "Expressivité, relation d'aide et chaînes musculaires" a posé les bases d'une organisation du corps dans l'espace : La tonicité s'inscrit selon des chemins préférentiels –les chaînes myofasciales- qui influencent la posture, ce vers quoi nous nous tournons, ce dont nous nous détournons. Ces organisations posturo-toniques gouvernent une psychomotricité, un usage du corps, mais aussi une manière de fonctionner rapportée à six grandes fonctions (centration, déploiement, densification, axialité, rebond, différenciation).

La session II revisite ces grandes fonctions en précisant les notions anatomo-fonctionnelles. Elle permet d'approfondir la spécificité de chaque structure en abordant en particulier les accordages et la lecture du corps.



OBJECTIFS

- Affiner la lecture des typologies et des modes de fonctionnement qui leur sont liés
- Accompagner un partenaire dans le cycle d'étirements
- Faire le lien concret entre pratique gestuelle et posturale et les chaînes musculaires
- Développer un toucher structurant fondé sur l'écoute et l'accordages des chaînes musculaires
- Pratiquer les accordages du bassin et de l'épaule

Sessions 2019 :

Session II : samedi 8 – mardi 11 février 2020 / 24 heures

- Durée de la formation 4 journées ½ 32 h
- Lieu La Pierre / Echay (Doubs)
- Tarif : 70 0€ -coût pédagogique hors hébergement-
(personnes non prises en charge : exemption des frais de dossier, nous contacter)
- Hébergement possible sur place. Repas de midi obligatoires.
Possibilité de cuisiner sur place.

CONTENUS

Pratique :

Dispositifs d'implication corporelle – pour explorer chaque structure psychocorporelle : mobilisation, étirement, repérage des grands muscles impliqués

- Accordages spécifiques
- Accompagner le mouvement et harmoniser la posture

Elaboration : Evaluation après chaque exploration des processus mobilisés, de leurs objectifs et de la pédagogie employée

Présentation de vignettes cliniques sous forme de documents vidéo commentés

Analyse de situations cliniques proposées par les participants

Des liens avec l'énergétique chinoise sont proposés au fur et à mesure

Synthèse :

Synthèse théorique insistant sur les liens théorico-pratiques et pratico-cliniques

Evaluation et analyse des acquis théoriques et pratiques

Remise à chaque stagiaire des axes individualisés d'amélioration

La méthode pédagogique développe des compétences de soins s'inscrivant dans la catégorie des thérapeutiques non médicamenteuses, validées par la **HAS**

COMPETENCES ACQUISES

- Savoir lire une typologie et accompagner un partenaire dans une harmonisation posturale et tonique en se basant sur la grille des chaînes musculaires

LIEU : La Pierre Echay (25440)

Repas de midi obligatoires (13€) Soir : facultatifs. Possibilité de cuisiner sur place.

Petits déjeuners en autogestion



FORMATEUR :

Benoît LESAGE (Besançon): Docteur en Sciences Humaines, médecin, médecin du sport, danseur, danse-thérapeute, membre fondateur de la Société Française de Danse-Thérapie (Full member of European Dance-Therapy Association)

Certifié en Analyse du mouvement selon Laban-Bartenieff (pré-requis)

Titulaire de la Dispense du Diplôme d'Etat de Danse

Chargé de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière,

Maître de conférences à la faculté des sports de Reims (1993-1997) a été chargé de cours à Paris V-René Descartes (licence danse, cursus art-thérapie), à l'UFR de psychologie de Reims (DU de psychologie du sport)

Intervient de façon régulière dans les formations européennes de danse-thérapie (Italie, Suisse) et les colloques universitaires (Milan, Evora, Bruxelles, Genève).

Est intervenu dans les formations aux diplômes d'Etat de danse, de tai-chi-chuan et de Qi Gong

Fondateur et directeur d'IRPECOR (1997).

Auteur de *La Danse dans le Processus Thérapeutique* (Ed Erès 2006) et de *Corps : Structure, Mouvement et Relation* (Ed Erès 2012).

Auteur de nombreux articles depuis 1997 (plus de 50 publications dans des revues à comité de lecture et actes de colloques internationaux)

Exercice de la médecine générale en cabinet libéral

Est intervenu de façon régulière et hebdomadaire en pédopsychiatrie (CHU) et dans diverses institutions recevant des personnes porteuses de handicaps divers (moteur, sensoriel, psychiatrique)

Formateur en institution et pour le compte de divers organismes de formation référencés.

EXPRESSIVITE, RELATION D'AIDE et CHAINES MUSCULAIRES

SESSION II

PROGRAMME

Session II :

J1 : Présentation des objectifs du stage.

Récapitulation des cinq chaînes musculaires : travail corporel individuel

Les accordages du bassin et de la hanche

Accordages postérieurs

J2 : Le pied, les appuis

Théorie : développement psychomoteur et chaînes musculaires (I)

Accordages des chaînes latérales. Les ceintures.

J3 : La respiration et l'axialité

J4 : La tête : accordages du cou et de la mâchoire

Liens avec l'énergétique chinoise

Synthèse des deux sessions

Chaque élément est abordé selon le schéma suivant :

Présentation à travers un Qi-Gong en début de journée (9h-11h)

Liens anatomiques avec la chaîne concernée (11h30-13h)

Approfondissement anatomique des zones-clé

Travail sur la chaîne : comment l'accorder ? (14h30-16h30)

Réflexion par petits groupes : liens avec la clinique ou la pédagogie

Synthèse en grand groupe. (17h-18h30)



STAGES DE FORMATION / FORMULAIRE D'INSCRIPTION :

STAGE:		INTITULE : Expressivité, relation d'aide et chaînes musculaires / Session II			
		DATES : 8-11 février 2020		LIEU : ECHAY	
NOM :			PRENOM :		
ADRESSE:					
TEL:			MAIL :		
PRISE EN CHARGE PAR L'EMPLOYEUR (Formation continue)		Adresse, nom et téléphone de la personne à contacter pour établir la convention :			
Hébergement sur place : 118,75€ (forfait nuits dimanche soir à vendredi matin : Oui Non Un supplément de 25€ est demandé pour les personnes ne logeant pas sur place					
Repas du soir :					
Pour les personnes se finançant elles-même et bénéficiant à ce titre du tarif préférentiel :					
Arrhes :		chèque		virement	
		autre			
<ul style="list-style-type: none"> • Les arrhes sont remboursables jusqu'à un mois avant le début du stage. • Tout désistement, pour être indiscutable doit être signifié par courrier recommandé. • Tout stage commencé est dû intégralement. Le règlement s'effectue en début de séjour et est confirmé par une facture. 					
<ul style="list-style-type: none"> • Je déclare sur l'honneur ne présenter aucune contre indication médicale à la pratique d'une activité corporelle. Je m'engage à signaler à l'organisateur du stage le suivi d'un traitement, notamment psychiatrique. • J'autorise l'organisateur à porter mes coordonnées sur la liste des stagiaires diffusées aux autres participants avant le stage, afin de favoriser d'éventuels co-voiturages. • J'autorise la prise de photos et d'images vidéo à toute fin pédagogique. (la prise d'images pendant le travail par les stagiaires est, sauf accord express de l'organisateur et du groupe, interdite). • Je déclare être couvert par une assurance Responsabilité Civile Professionnelle ou Dommages Individuels assurant notamment tout dommage corporel qui pourrait survenir lors du travail. 					
Fait à		le			

Signature du stagiaire :

NB Repas de midi obligatoires 13,5€ servis par restaurant Bio
 Repas du soir optionnels 13,5 €
 Petits déjeuners en autogestion

Facturation indépendante pour

- le stage (coût pédagogique)
- les repas
- l'hébergement

Centre LA PIERRE / ECHAY : INFOS PRATIQUES

HEBERGEMENT

Chambres de 2 à 4 personnes
Sanitaires communs
Cuisine accessible
Draps fournis
Amener serviettes

Hébergement sur place : 130€ pour la semaine (arrivée dimanche soir ou lundi matin)

Un coût forfaitaire de 9€/jour s'applique aux personnes ne logeant pas sur place

Repas de midi obligatoires : 13,5€ / repas → 10 repas pour les deux sessions = 130€

Repas du soir : optionnels : 13,5 € / repas

Possibilité de cuisiner sur place

- Hébergement à régler directement aux gérants du gîte
- Repas à régler directement à la cuisinière (gérante d'un restaurant bio à Besançon)

- Pour les réservations ne pas s'adresser directement au gîte. Nous transmettrons -

ACCES AU LIEU DU STAGE :

Par la route ; voir plans ci-après

Méfiez vous des GPS... et des déviations possibles sur les petites routes (une carte routière n'est pas un instrument démodé)

Par le train ;

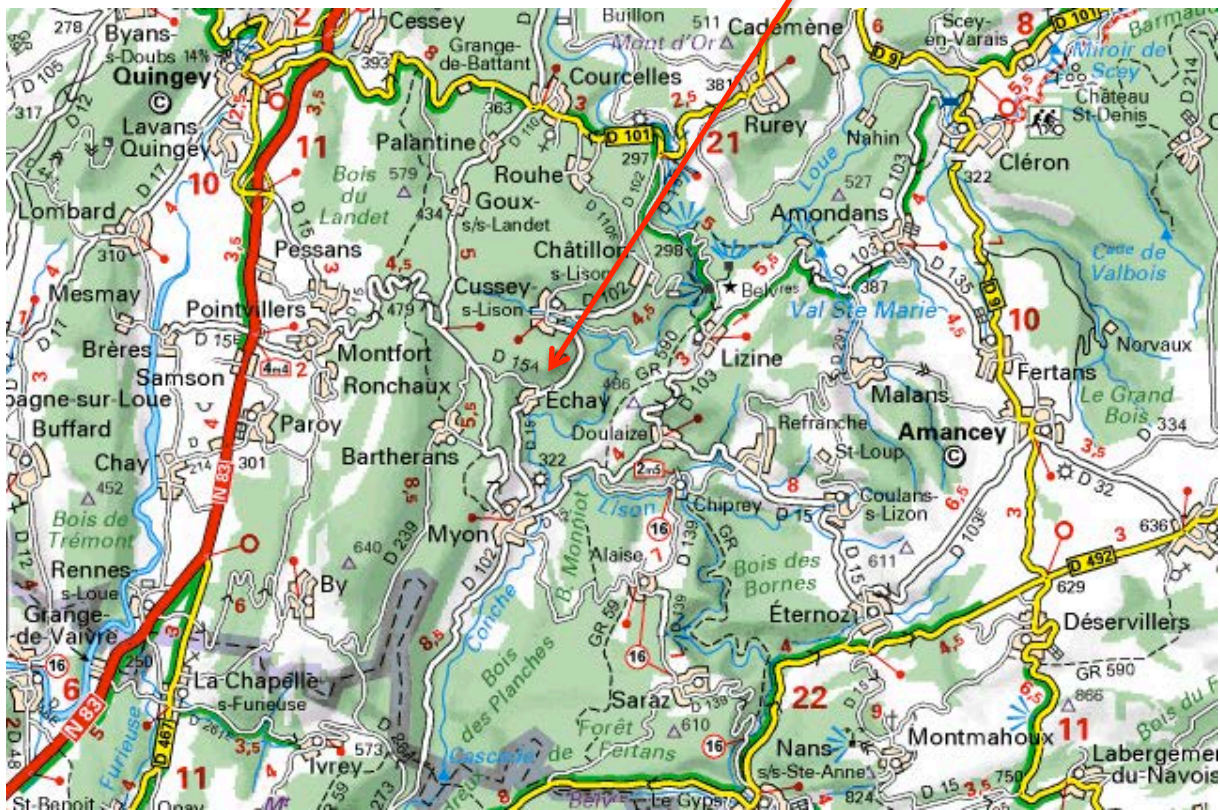
Gare de Mouchard 20 minutes en voiture du gîte

Numéros de **taxis** à Mouchard :

Taxi Duffert : 03 81 63 53 19 / 06 07 11 63 30 C'est avec lui que les propriétaires travaillent depuis toujours...

Mais il y en a d'autres : 03 84 37 85 45- 03 84 37 80 80 // 03 84 37 82 19 // 03 84 37 82

Site du lieu : <http://www.gitelapierre.fr/>



Dir Quingey



Dir Cussey

Direction Myon / Salins

Gîte LA PIERRE (03 81 63 78 22)

Sortie d'Echar (venant de Myon) à gauche (rond point, montée)

arrivé en haut petite route à droite (panneau indiquant "La Pierre")

2 km environ : grosse maison blanche isolée.

Entrée de l'autre côté (petit escalier métallique) ou sur le côté droit de la maison (niveau salle de travail sur la gauche, prendre escalier à droite)