

## "Structures" :

### Accompagnement au Mouvement et Toucher Structurants

Benoit LESAGE / Lise MOLINA

15-19 février 2021 -Castres

- Repères pour la médiation, et les pratiques corporelles, initiation au **SHIATSU**-

#### Objectifs :

Il faut parfois bouger avec nos patients ou nos élèves, les accompagner dans le mouvement, les guider par nos gestes et notre toucher. Pour que notre **accordage** soit juste et sensible, nous devons nous même affiner notre positionnement, nos gestes, notre respiration. Pour donner à sentir nous devons aussi sentir ce que nous donnons.

**Cela requiert de notre part un travail de conscience corporelle** : pour l'affiner, il est utile de se pencher sur les structures, de les visiter par le mouvement, le toucher.

→ Ce stage invite à cette exploration du corps mouvant et sensible, en puisant à deux sources complémentaires :

- Les **références anatomiques et physiologiques** abordées par la sensation et le mouvement
- le **shiatsu**, technique de soin traditionnelle faite de pressions et manipulations douces, issue des pratiques énergétiques chinoises reprises et développées par les japonais. Le qi (souffle) n'est pas une notion abstraite mais au contraire palpable physiquement à qui travaille son toucher : zones de tensions, chaud/froid, disponible/bloqué...

Il s'agit d'un **laboratoire** d'expériences sensorielles et motrices.

C'est une occasion d'aborder le domaine souvent nébuleux, voire mystifié, de **l'énergétique** : une méthodologie rigoureuse et accessible qui construit des perceptions en terme de flux et de dynamique.

Nous interrogeons et explorons le corps dans une perspective d'étayage psycho-corporel, c'est-à-dire en considérant que la construction du corps est aussi celle de l'identité et de la relation



### **Structures : Accompagnement au mouvement et toucher structurant**

**15-19 février 2021 / 35 heures**

- **Lieu** : à confirmer (pressenti : Castres)
- **Tarif** : 850€ -coût pédagogique pris en charge-  
(Personnes non prises en charge : exemption des frais de dossier, nous contacter)
- Pas d'hébergement

#### **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :**

**Benoit LESAGE** [benoit.lesage@irpecor.com](mailto:benoit.lesage@irpecor.com)

06 74 51 37 84

## Contenus :

- Exploration des structures du corps par le mouvement, le toucher. Les données anatomiques présentées permettent de préciser les intentions du toucher qui devient ainsi structurant.
- Situer le corps dans l'espace, établir et jouer avec différents référentiels (soi, le groupe, l'espace général, points cardinaux)
- Apprentissage d'un toucher sensible qui informe le partenaire. Apprendre à accompagner le mouvement, à le soutenir.
- Initiation au SHIATSU : présentation des techniques de base et de l'énergétique chinoise :
  - Notion de méridien, de flux et de qi
  - Positionnement du praticien : posture, distance, écoute, façon de poser les mains

## Méthodologie

Travail corporel accompagné et guidé. Exploration par le mouvement, mais aussi par le mime, le toucher, la conscience.

Présentation et communication de documents anatomo-physiologiques

Matériel anatomique à disposition (squelette, mannequin, livres...).

## Public visé :

- Professionnels travaillant avec des personnes présentant des troubles psychomoteurs : Il s'agit d'acquérir des outils de lecture et d'intervention pour permettre la régulation posturale et gestuelle (psychomotriciens, éducateurs, infirmiers...).
- Enseignants et/ou praticiens en techniques corporelles et/ou d'expression artistique (danse, Taï-chi, Qi Gong, sport, théâtre, cirque...) : comment repérer les blocages des élèves et leur donner des moyens de les comprendre et de les dépasser.
- Artistes ou sportifs : améliorer la compréhension du corps en mouvement, gérer le stress (et ses troubles toniques), améliorer l'efficacité du geste.

Aucun niveau requis

## Compétences acquises :

Savoir entrer dans une lecture psychodynamique du geste et de la posture pour élaborer et mettre en œuvre des propositions de travail :

- Pratiquer et guider des automassages (Do In)
- Repérer des blocages (articulaires ou autres...) et mettre en œuvre les moyens de les aborder
- Harmoniser et mobiliser un partenaire
- Proposer des échauffements et des étirements (étirements musculaires et étirements des méridiens)



**L'évaluation** des stagiaires se fait au cours du travail. Un bilan est proposé en fin de stage, accompagné d'un questionnaire, pour leur permettre de dégager les acquis et envisager leurs applications cliniques.

Un suivi de stage est proposé sous forme d'échanges de courriels.

**Lieu :** Castres – Dojo du petit scarabée 15 rue plaine de l'Aden 81100)

**Tarif :** 850€ (personnes non prises en charge : nous contacter)

**Personnes non prises en charge :** tarif individuel- Nous contacter

## Formateurs :

**Lise MOLINA** : Psychomotricienne formée en Danse-Thérapie, praticienne shiatsu, chargée de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière. A pratiqué le chant lyrique et les techniques vocales. A travaillé en psychiatrie adulte et développe actuellement sa pratique en libéral. Formatrice en institution. Article : <http://www.irpecor.com/articles-formations-danse-therapie-psychomotricite-structuration-psychocorporelle/153-shiatsu-article-molina.html>

**Benoît LESAGE** : Docteur en Sciences Humaines, médecin, danseur, danse-thérapeute, chargé de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière, a été Maître de conférences à la faculté des sports de Reims (1993-1997). Fondateur et directeur d'IRPECOR. Auteur de *La Danse dans le Processus Thérapeutique* (Ed Erès 2006) et de *Jalons pour une pratique psychocorporelle / Structure, Etayage, Mouvement et Relation* (Ed Eres 2012)  
Après avoir pratiqué et enseigné la danse et les techniques d'analyse du mouvement et de conscience du corps, il enseigne l'anatomie fonctionnelle au cursus de psychomotricité de Paris VI et a enseigné également ces matières dans le cadre de la licence danse de Paris-V ainsi que pour la préparation au DE de danse et de taï-chi-chuan et auprès des enseignants de la FQAE (Fédération de Qi Gong et Arts Energétiques). Il s'est formé aux chaînes musculaires auprès de Godelieve Struyf et Philippe Campignon (1985-1990) puis en ostéopathie fluïdique auprès de Jean-Michel Salètes.





## Itinéraire et Recherche Pour l'Edification Corporelle

Benoit LESAGE, Travailleur indépendant  
5 chemin de la côte  
25370 Le Moulin Sous Jougne  
03 81 49 43 78 / 06 74 51 37 84  
[benoit.lesage@irpecor.com](mailto:benoit.lesage@irpecor.com)

N°SIRET: 332 284 371 00108  
Site : [www.irpecor.com](http://www.irpecor.com)

Formation : enregistré sous le numéro 43250136125

### STAGES DE FORMATION / FORMULAIRE D'INSCRIPTION :

**STAGE :** INTITULE : "Structures" Accompagnement au Mouvement et Toucher Structurants

**DATES :** 15-19 février 2021

**LIEU :** Castres

**NOM :**

**PRENOM :**

**ADRESSE:**

**TEL:**

**MAIL :**

**HORAIRES :**

**PRISE EN CHARGE PAR L'EMPLOYEUR (Formation continue) :**

Adresse, nom et téléphone de la personne à contacter pour établir la convention :

**Pour les personnes se finançant elles-même et bénéficiant à ce titre du tarif préférentiel :**

**Arrhes :**

chèque

virement

autre

- 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**.

• 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 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 vidéos 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 :**