



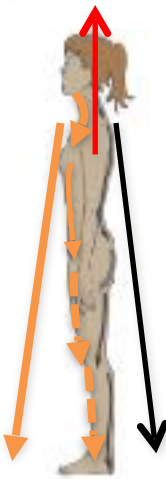
EXPRESSIVITE, RELATION D'AIDE et **CHAINES MUSCULAIRES**

Session I / Liens psychomoteurs

Benoît LESAGE

DATES :

- 12-17 décembre (2022) / Echay (Doubs)
- 6-11 mai / Lautrec (Tarn)
- 2-7 octobre / Lautrec (Tarn)



~ PRESENTATION

Par chaînes musculaires on entend des groupes de muscles -et de fascias !- qui **organisent la posture**. Or nos postures sont nos façons de nous poser, d'être là, plus ou moins ouvert, réservé, d'engager une direction, de nous détourner, d'affirmer, de recevoir. **A partir d'elles**, nous bougeons de façon différenciée : gestes d'engagement ou réceptifs, d'aller vers ou de préservation, rebond et appui, extension...

Notre vie affective, imaginaire, nos rencontres et interactions, puisent dans ce répertoire de gestes et de postures qui constituent une sorte d'alphabet. Avec ces quelques lettres nous pouvons écrire des mots, composer des phrases qui sont notre expression.

Divers auteurs comme Mézières ou Bobath ont montré que nos muscles travaillent en familles fonctionnelles. Mme Struyf s'appuyant sur leur travail et sur ses propres travaux a repéré six familles fonctionnelles qui gouvernent six attitudes, six schèmes posturomoteurs.

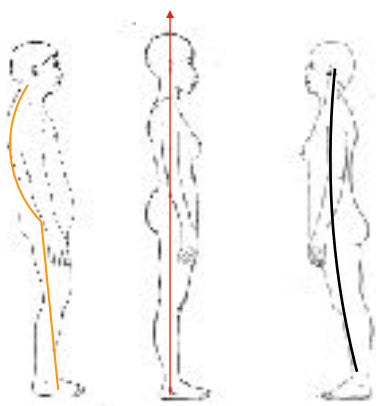


Cette base anatomo-fonctionnelle s'avère très utile pour les professionnels du mouvement et de la médiation corporelle. Elle permet une lecture fine du corps, premier temps de toute rencontre clinique ou pédagogique.

On repère des fonctionnements, des tendances, des habitudes, des manques, des impossibilités : difficulté à se recentrer, à trouver ses appuis, à engager directions et intentions, réflexes de repli, manque de concentration, de densité...etc L'intérêt des chaînes est **d'étayer** ces observations sur une compréhension de la structure corporelle.

La "**lecture chaînes**" permet de penser ces observations dans un cadre global, psychomoteur, et d'en déduire des **propositions d'interventions à différents niveaux** :

- **corporel, par le geste, la qualité de mouvement, les intentions spatiales, rythmiques**
- **mais aussi imaginaire, verbal**
- **médiations d'objet**

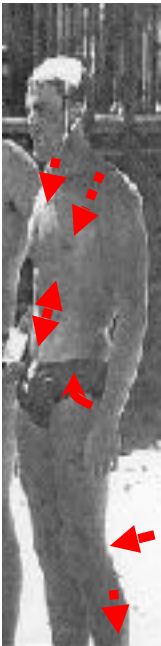


→ Ce sont donc des **projets psychomoteurs et psychocorporels** qui peuvent s'élaborer pour accompagner nos partenaires –patients, élèves- dans un élargissement de leur nuancier expressif et une meilleure intégration psychocorporelle.

~ OBJECTIFS ET COMPETENCES VISEES :

Au terme de la session, le stagiaire saura

- Repérer les typologies et les modes de fonctionnement qui leur sont liés
- Mobiliser et étirer les six chaînes musculaires
- Créer des situations qui correspondent aux six grandes structures psychocorporelles liées aux chaînes musculaires
 - en exploration individuelle par le mouvement
 - en dynamique groupale
- **Utiliser les médiations d'objet adéquates**
- Répondre aux besoins individuels et/ou groupaux en se basant sur la grille des chaînes musculaires.



~ CONTENUS ET METHODOLOGIE DE LA FORMATION

Pratique : Dispositifs d'exploration corporelle faisant appel au mouvement aux niveaux individuel et groupal pour expérimenter les dynamiques propres à chaque structure posturomotrice

Repérage des familles musculaires engagées dans la posture et dans les mouvements qui en découlent
Maniement des médiations d'objet classiques en psychomotricité (bâton, balles, fils, tissus) en lien avec les dynamiques liées aux chaînes musculaires

Elaboration : Après chaque exploration, évaluation de l'expérience personnelle pour dégager les processus mobilisés, les objectifs pédagogiques et thérapeutiques
Présentation de vignettes cliniques sous forme de documents vidéo commentés

Analyse de situations cliniques proposées par les participants (selon demande et possibilités des participants)

Synthèse :

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

Evaluation et analyse des acquis théoriques et pratiques

Proposition d'entretien individualisé avec les stagiaires pour dégager des axes d'amélioration

Suivi post-stage sous forme d'échanges internet (entretiens, envois de documents).

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



~MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES :

L'expérimentation est le pilier de notre pédagogie, articulée immédiatement avec la théorie et menant directement à des liens dans la pratique professionnelle.

Documents pédagogiques :

- **Avant la session :** Notes préalables envoyées deux semaines avant la session
- **Pendant la session :** Documents et matériel anatomique à disposition
Documents vidéo cliniques pour permettre au stagiaire d'établir des liens entre le travail proposé et sa pratique professionnelle (qu'elle soit clinique, éducative ou pédagogique).
- **Après la session** (envoi internet ou récupérable sur place sur clé USB) :
 - Livret technique
 - articles complémentaires selon les demandes spécifiques des stagiaires
 - Références musicales utilisées
 - Bibliographie de référence et liens consultables sur le web



~ MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION :

- Feuilles de présence signées chaque demi-journée par les stagiaires et le formateur
- Attestation de présence individuelle

- Evaluation des stagiaires en fin de stage par QCM et questionnaire de satisfaction (bilan pédagogique et bilan administratif)
- Suivi post-stage sous forme d'échange de mail (ou par téléphone ou visiocontact internet)



~PUBLIC ET PRE-REQUIS

- **Professionnels de la relation d'aide engageant une médiation corporelle.**
- Sont particulièrement concernés les psychomotriciens, éducateurs, infirmiers et autres paramédicaux.
- **Enseignants en danse ou techniques de mouvement**
- **Danseurs ou artistes qui souhaitent préciser le lien entre structure du corps et expressivité**
- Aucun niveau technique n'est requis (Niveau d'études : bac ou équivalent conseillé)

Aucun niveau technique n'est requis (Niveau d'études : bac ou équivalent conseillé)



~ORGANISATION ET MOYENS TECHNIQUES

- Formation présentielle continue : stages ouverts regroupant des stagiaires de plusieurs institutions, professions libérales, ou en cours d'orientation professionnelle
- Salle adaptée au travail corporel (4 mètres carrés par personne minimum, sol adéquat, confort thermique, sanitaires)
- **Nombre de stagiaires** : jusqu'à 20 personnes

- **HORAIRES** : 9h-12h30 et 14h30-18h30
J1 début à 10h / J6 : 9h-13h00
- Volume horaire : 38 heures

- TARIFS :**
- **Prise en charge employeur : 1000€**
 - **Libéraux prise en charge FIFPL : 750€**
 - **Personnes auto-financées : 500€**

INSCRIPTIONS et RENSEIGNEMENTS : Benoit Lesage 06 74 51 37 84 benoit.lesage@irpecor.com
Arrhes : 100€ (remboursables jusqu'à un mois avant le début du stage)

Benoît LESAGE (Jougne) :

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, Médaille d'or aux rencontres Internationales de la Fédération Française de Danse (1989) Médecin fédéral de la Fédération Française de danse (1990-1991)

Chargé de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière (depuis 2000)

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)

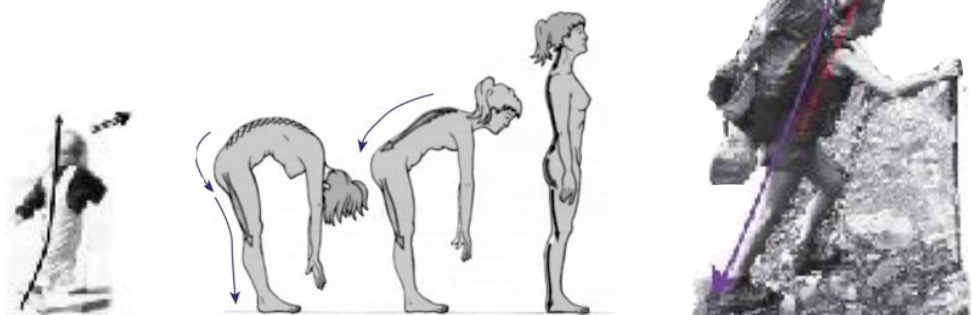
Intervient de façon régulière dans les formations européennes de danse-thérapie (Italie, Suisse) et les colloques universitaires (Milan, Evora, Bruxelles, Genève).

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), de *Jalons pour une pratique psychocorporelle / Structure, Etayage, Mouvement et Relation* (Ed Eres 2012) et de *Un corps à construire* (Ers 2021). 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 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.



Centre LA PIERRE / ECHAY : INFOS PRATIQUES

•Centre LA PIERRE / ECHAY

HEBERGEMENT

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

Hébergement sur place : 130€ pour le séjour (arrivée dimanche soir ou lundi matin)

Un coût forfaitaire de 6 €/jour s'applique aux personnes ne logeant pas sur place

Possibilité de camper (tarif aménagé non encore communiqué)

Places limitées

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

- Hébergement à régler directement aux gérants du gîte
- **REPAS** : possibilité de cuisiner et stocker sur place (amener les courses...)
- Repas à l'auberge voisine : 11 € / repas (à régler directement à l'auberge)

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 Besançon



LYON 2 h



Dir Cussey

Gîte LA PIERRE (03 81 63 78 22)

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

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

Direction Myon /
Salins

LAUTREC (15 km de Castres) :

LA MAISON / Le Buguet 81440

Contact et réservations : orlane2011@gmail.com

Accès : En venant de Castres : Direction Lautrec, a 800 m avant le village, sur la route prendre à droite direction Parking Voie Verte juste après le gros bâtiment AGRI3000 et avant le Traiteur Viaule.

Continuer sur 800m. Juste après avoir traversé la voie verte a gauche Maisonnette du buguet, a droite , La Maison au fond du champs ...

Train : De la gare de Castres,

LIGNE 704 Castres Lautrec

TAXI (que vous pouvez partager à plusieurs) environ 45€ Blablacar

tarif : 25€ / nuitée -Cuisine et stockage indépendants



La Maison
Etre vivant



REPAS

Pour ceux qui le souhaitent, le traiteur VIAULE vend des barquettes à 3 et 6€. Il y a une dizaine de repas au choix, plutôt copieux et de bonne qualité.

Il se situe à 600m de La Maison.

Cuisine et stockage indépendants

Commerces à Lautrec (10 minutes à pied) :

2 boulangeries

1 petite « superette » ouverte le dimanche matin.

A 8 Min en voiture Castres Leclerc ou Intermarché Réalmont.

Marché de producteur : Réalmont le mercredi matin.

La Cuisine : Il y a à disposition 2 frigos, 2 plaques, 2 mini four.

Tous les ustensiles de cuisine, assiettes, verres etc...sont à disposition.

Les repas seront pris dans la salle à manger de 44M², collé à la salle.

Pour le petit déjeuner et goûter : Bouilloire à dispo, Cafetière Senseo (qt : 2), grille pain

Les Chambres :

3 chambres de 4 personnes (2 en mezzanine et 2 en bas) surface 40M² et 30M²

2 chambres de 3 personnes de 30M²

Chaque lit a sa housse de couette, oreiller et couette. Chaque lit est isolé avec une claustra bois.

Chaque lit à une distance minimum de 2M pour que chacun ait son intimité.

Les Factures : La Maison est une association et pourra fournir une facture de la prestation.

Chambres d'hôte et BNB
dans le village de Lautrec

