



"Structures"

Accordages : Un corps Mouvant et Sensible

Benoit LESAGE

DATES : 21-25 Janvier 2026 (32 heures)

Lieu : Bruxelles

~ PRESENTATION

On accorde un piano, un orchestre, on crée un accord en faisant vibrer plusieurs notes qui ont des harmoniques communes. On s'accorde sur un thème, un point de vue, une déclaration.

Et le corps ? Il s'accorde lui aussi comme un instrument : accordage de soi et accordage à l'entour.

En tant que système de tension, de tenségrité plus précisément, il faut ajuster sans cesse la tension des éléments qui le composent et l'agissent : modulation et ajustement des tensions musculaires, fasciales, de l'attention.

En tant que système de relation, accordage entre les corps, qui se joue au niveau tonique, postural, gestuel.

Nous travaillons aux deux niveaux :

- un travail corporel qui ouvre la sensorialité, affine les coordinations,
- un accordage aux partenaires, au groupe, qui se joue aux trois niveaux : espace, temps énergie (tonicité)

Par le mouvement, le jeu, les différentes modalités du dialogue moteur, l'expressivité qui en résulte joue la dynamique accord / désaccord / ré-accordage, entre identification et différenciation.

L'accordage n'est pas un consensus, c'est une pièce essentielle de l'individuation.

Il s'agira de se mettre d'accord pour que chacun joue sa partition !

L'accordage nous conduit aussi à affiner notre toucher : savoir poser nos mains, mais aussi engager tout notre corps de façon sensible et respectueuse, pour éveiller le mouvement, avec ses directions, ses nuances.

→ **Ce stage** propose un **laboratoire** d'expérimentation sensorielle et motrice; il développe une qualité d'écoute, de soi, du partenaire et du groupe, et d'accompagnement respectueux et sensible.



~ OBJECTIFS ET COMPETENCES VISEES :

A l'issue de la session, le/la stagiaire

- Aura élaboré une conscience corporelle par l'expérimentation et étayée par des documents référencés
- Aura expérimenté les bases et règles –techniques et éthiques- d'un toucher sensible
- Aura questionné sa posture de thérapeute psychocorporel, ou sa pédagogie d'enseignant en techniques corporelles.

- Saura proposer des dispositifs d'expressivité corporelle en groupe

~ CONTENUS ET METHODOLOGIE DE LA FORMATION :

Pratique : Dispositifs d'exploration corporelle faisant appel au mouvement au sein du groupe pour expérimenter :

- modulation tonique et sensorialité par des propositions issues des approches somatiques
- approche du toucher et de l'écoute tissulaire
- accompagnement d'un partenaire par le toucher et le mouvement guidé
- Dispositifs d'expressivité groupale



Elaboration : Après chaque exploration, évaluation de l'expérience personnelle pour dégager les processus mobilisés, les objectifs pédagogiques et thérapeutiques

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, 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 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) :
 - Notes et 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 :

- Attestation de présence individuelle
- Auto-évaluation des stagiaires en fin de stage par questionnaire de satisfaction
- 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 qui souhaitent mettre en place des groupes de Danse-Thérapie ou de travail corporel en institution.

- **Enseignants en danse ou techniques de mouvement** (arts énergétiques, cirque, théâtre corporel...)

- **Danseurs ou artistes** qui souhaitent travailler en milieu institutionnel dans une visée thérapeutique ou psychopédagogique.

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

TARIFS (sessions février et juin) :

- Prise en charge employeur : 1050€
- Libéraux prise en charge FIFPL : 850€
- Personnes auto-financées : 550€

INSCRIPTIONS et RENSEIGNEMENTS : www.apasito.be ou : Benoit Lesage 06 74 51 37 84
lesage.irpecor@sfr.fr

Acompte : 150€ (remboursable jusqu'à deux mois avant le début du stage)

- **Nombre de stagiaires** : jusqu'à 18 personnes
- **HORAIRES** : 9h-12h30 et 14h30-18h - J1 début à 10h - J4 : 9h-13h
- **Volume horaire total** : 32 heures

LIEU : Infini Théâtre / Bruxelles - rue Saint Josse (métro Madou)

- **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), et de *Anatomie Psychomotrice* (2024 DeBoeck Sup). 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.





”Structures” Accordages : Un corps Mouvant et Sensible Programme

J1

matin

Accueil / présentation des objectifs du stage

Ouverture en mouvement : flux de mouvement individuel et groupal

Après midi

Flux articulaires : les espaces dans le corps

Travail individuel et groupal

Poser la main

J2

Matin

Modulation par le toucher : construire la main

contact et toucher

Après-midi

Flux de mouvement groupal : accordages de temps et de rythme

J3

Matin

Modulation par le toucher : manoeuvres d'harmonisation tonique

Après-midi

Flux de mouvement groupal : accordages d'espace (espace personnel, espace groupal, espace interactionnel)

J3

Modulation par le toucher : directions et volumes

Après-midi

Flux de mouvement groupal : accordages d'énergie (qualités de mouvement)

J4

Matin

Harmonisation et lecture posturale.

Les appuis et les impulsions

Après-midi

Modulation par le toucher : accompagner le mouvement

J5

Matin

Echos et dynamiques de mouvement

Bilans

Rituel de fin