



“Entre Nous / entreNoue...”

Structures : Accompagnement au Mouvement et Ecoute / l'apport de l'eutonie

Benoit LESAGE / Nicole THIEBAUT

DATES : 7-11 février 2026

Lieu : Echay (Doubs)

~ PRESENTATION

Ce stage propose une exploration du corps, par le mouvement, la sensorialité, la conscience corporelle. Il vise à donner **la méthodologie et les outils d'un dialogue corporel structurant avec des publics divers** :

- Personnes avec handicap, moteur ou psychomoteur,
- Patients en souffrance psychique, donc aussi relationnelle,
- Elèves dans le cadre d'une pratique corporelle, artistique, énergétique, sportive ...

Patients qui présentent des troubles fonctionnels somatiques ou corporels

Dans ce dialogue corps-accord nous devons nous rendre disponibles, attentifs, réactifs. Pour cela il nous faut **repérer les signaux corporels qui font sens**, apprendre à écouter les réponses de nos partenaires et **les échos qu'elles suscitent chez nous**. Il s'agit en quelque sorte **d'étalonner** son propre corps pour s'ajuster à nos partenaires et les inviter à un travail.

Ce stage propose :

- un travail d'ajustement corporel personnel
- l'affinement de **l'écoute et de la discrimination** des informations
- une découverte **du toucher structurant** qui aborde **l'eutonie**, technique de conscience corporelle qui ouvre à la relation



→ L'expérience et la méthodologie qui la soutient **intéressent le professionnel engagé dans les médiations corporelles**

Le travail proposé **concerne également les professionnels des pratiques corporelles expressives, énergétiques ou sportives**, ainsi que ceux qui travaillent en **thérapie manuelle** qui cherchent à élargir leur compréhension de la globalité psychocorporelle.

~ 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 un travail d'harmonisation par le toucher basé sur les principes de l'eutonie

~ 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
- Travail d'accompagnement par le toucher et d'écoute corporelle

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

Présentation de vignettes cliniques

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 :

- Feuilles de présence signées chaque demi-journée par les stagiaires et le formateur
- Attestation de présence individuelle
- Evaluation au cours de la formation : guidance personnalisée lors des pratiques et entretien/évaluation portant sur l'élaboration théorico-clinique
- Auto-évaluation des stagiaires en fin de stage par questionnaire de satisfaction à chaud et à froid (bilan pédagogique et bilan administratif)
- Suivi post-stage sous forme d'échange de mail (ou par téléphone ou visiocontact internet) : analyse de pratique et communication de documents complémentaires personnalisés

~ 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)

~ 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 18 personnes
- **HORAIRE** : 9h-12h30 et 14h15-18h00
J1 début à 10h - J5 : 9h-13
- **Volume horaire total** : 32 heures



TARIFS (sessions février et juin) :

- **Prise en charge employeur** : 1070€
- **Libéraux prise en charge FIFPL** : 870€
- **Personnes auto-financées** : 570€

Réduction 70€ pour les personnes qui logent sur place.

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

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

• **Nicole THIEBAUT (Marchissy -CH) :**

Musicienne, pianiste, pédagogue et eutoniste. Parcours musical nourri par la pratique de la musique de chambre et du piano à quatre mains. A enseigné au collège d'Aubonne et au Conservatoire de Nyon, avant de développer une pratique indépendante qui s'adresse aux enfants comme aux adultes.

Ses recherches nourries par plusieurs approches : méditation, yoga, analyse transactionnelle, jungienne etc... l'ont amenée à intégrer toujours plus la dimension du « corps en jeu » dans la pratique musicale, en associant l'écoute du son à l'écoute de la sensation.

La découverte de l'Eutonie en 2008 se prolonge comme une évidence par une formation de quatre ans dans ce domaine « corps en jeu », mais aussi « corps en relation » avec le sol, l'espace, l'autre. Intervient actuellement, comme eutoniste, en dernière année de l'école supérieure d'éducateurs de l'enfance, dans le cadre de la formation continue de la « Main Tendue », et propose stages, cours en groupe et séances individuelles.

Avec la pratique de l'Eutonie, se concrétise une aspiration profonde : pouvoir relier et associer les dimensions pédagogiques, thérapeutiques et artistiques. Elle intervient auprès de musiciens professionnels dans le cadre du concours international de Genève.



• **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).

L'Eutonie :

L'Eutonie est une approche corporelle qui a été développée par Gerda Alexander (1908-1994).

Atteinte dans sa santé, elle s'est appuyée sur sa grande sensibilité pour élaborer de nouvelles possibilités de détente et de mouvements favorisant les processus d'autorégulation et de régénération du corps, menant à un tonus flexible et harmonieux : l'Eutonie

Par l'exploration d'étirements passifs et actifs, et de mouvements simples et variés, des tensions profondes se dénouent, la respiration se libère et un chemin s'ouvre vers une tonicité plus vivante et plus adaptée aux différentes situations que nous traversons.

La conscience du passage des forces (gravité, repousser et réflexe de redressement) en nous et à travers nous s'affine et s'enrichit.

La pratique propose en alternance : des temps pour soi, au repos ou en mouvement, et des temps d'accordage (de « contact ») à deux, à trois ou à plusieurs.

Elle invite notre attention à voyager dans nos espaces intérieurs et notre présence à s'élargir.

Lorsque le toucher est associé, le praticien veille à son propre équilibre tonique tout en se mettant à l'écoute des différents tissus de manière sensible et subtile.





Corps-Accord : Construire la relation par le Mouvement

PROGRAMME

Horaires : 9h-12h30 – 14h-17h30
Suaf J4 : 9h-13h

J1

Matin

Accueil / Présentation du stage et des objectifs.

Pratique corporelle : introduction par le mouvement – Ecoute et accordage postural

Après midi

Elaboration théorico-clinique du travail du matin-

Pratique corporelle : poids, appuis, soutien
Eutonie (1)

J2

Matin

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale :

Accompagnement et modulation tonique
Volumes et directions

Après-midi

Pratique corporelle : accompagner la mobilité

liens théorico-pratico-cliniques

Ecoute et dialogue tissulaire

Eutonie (2)

J3

Matin (9-11h00)

Pratique corporelle

Ecoute et accompagnement au mouvement

Après midi

Pratique corporelle : accompagner la mobilité
liens théorico-pratico-cliniques

Ecoute et dialogue tissulaire

Eutonie (3)

J4

Matin

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale.

Jeux groupaux d'écoute et de construction chorégraphique

Après-midi

Eutonie (4)

J5

Matin

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale.

Synthèse du stage

Bilan

Rituel final





STAGES DE FORMATION / FORMULAIRE D'INSCRIPTION

STAGE:	INTITULE : Entre Nous / EntreNoue			
DATES : 7-11 février 2026	LIEU : Echay			
NOM :	PRENOM :			
ADRESSE:				
TEL:	MAIL :			
INSCRIPTION :				
PRISE EN CHARGE PAR L'EMPLOYEUR (Formation continue) :	Adresse, nom et téléphone de la personne à contacter pour établir la convention :			
		Chèque	Virement	autre
Pour les personnes se finançant elles-mêmes (ou en prise en charge FIFPL) et bénéficiant à ce titre du tarif préférentiel :	Acompte : 150€ annulable jusqu'à deux mois avant le stage et jusqu'à la veille en cas de force majeure			
• 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.e pas 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 :				

RIB Benoit Lesage / IRPECOR

BANQUE POPULAIRE DE FRANCHE COMTE DU MACONNAIS ET DE L'AIN
Domiciliation : BPFCA Hopitaux neufs

IBAN FR76 1080 7000 7162 0197 2154 736

Code banque : 10807 - Guichet 00071 N° compte : 62019721547- Clé RIB 36

BIC : CCBPFRPPDJN