



## Accordanse et ConcordageS...

### L'expressivité corporelle à partir de Laban

Angela LOUREIRO - Benoit LESAGE

**DATES : 28 juin- 3 juillet 2026 (38 heures)**

**Lieu : ECHAY**

#### ~ PRESENTATION

Par des nuances d'intensité, de flux de mouvement, de poids, de temps, d'espace, **nos gestes disent** ce que nous sommes... mais aussi **ce que nous pourrions être**. Ils sont une exploration de nos aspirations, un imaginaire à mettre au jour, des projets de soi qui prennent forme et qui nous présentent et représentent.

**L'EXPRESSIVITE CORPORELLE** est donc aussi **construction de la pensée et communication**. Elle nous permet de mieux percevoir et de nous ajuster dans nos rencontres et interactions.

Or cette expressivité du corps **est souvent limitée chez nos partenaires, élèves ou patients**.

**Laban**, un pionnier de la danse moderne, a étudié précisément ce qui construit l'expressivité du geste. Son système de *l'Effort* est à la fois outil de travail et de lecture : il fournit les clés d'une présence mobile, dynamique et plastique, qui s'adapte et se relie.

—**Pour le professionnel de la médiation corporelle**, la Laban Movement Analysis permet une lecture psychodynamique du corps de ses partenaires, et lui fournit des outils pour améliorer l'expressivité de ses patients. C'est l'occasion de comprendre comment par le geste se révèlent et se travaillent des aspects parfois inattendus de soi, de son fonctionnement, par le jeu des affinités, des résistances, des mémoires, l'exploration de qualités nouvelles d'interactions .

—**Pour l'enseignant en techniques corporelles** comme pour le pratiquant, c'est l'occasion de développer un registre de nuances expressives.

Cela concerne la danse, le cirque, le théâtre, mais aussi les approches somatiques, disciplines où la maîtrise de l'expressivité du geste est un atout.

→ Ce stage propose un travail précis sur **les facteurs du mouvement selon la Laban Movement Analysis**. Cette construction est soutenue par un travail de conscience corporelle qui engage la sensorialité, le mouvement et le toucher.

Tout au long de la session, les participants développent **un processus de création**, de composition, et de présentation, qui constitue une découverte méthodologique de certains **aspects essentiels de la Danse-Thérapie**.



#### ~ OBJECTIFS ET COMPETENCES VISEES :

##### A l'issue de la session, la stagiaire

- maîtrisera les facteurs expressifs du mouvement
- saura les donner à vivre à travers des situations construites (consignes, images, musiques...)
- pourra repérer chez un partenaire l'usage qu'il fait des facteurs expressifs du geste
- saura conduire un processus de mise en forme de l'expression gestuelle suivant les étapes de construction (exploration, composition, présentation).

## ~ CONTENUS ET METHODOLOGIE DE LA FORMATION :

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

- les facteurs expressifs du geste selon l'approche Laban (Poids, flux, espace, temps)
- un processus de construction expressive menant à une production au sein du groupe et à sa présentation
- les règles et précautions de fonctionnement d'un groupe expressif en Danse-Thérapie

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

Suivi post-stage sous forme d'échanges internet



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

## ~ 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) :
  - 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 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
- Danseurs ou artistes qui souhaitent travailler en milieu institutionnel dans une visée thérapeutique ou psychopédagogique.



**-HORAIRES** : 9h-12h30 et 14h-18h00  
J1 début à 10h – J7 : 9h-13h  
**-Volume horaire total** : 43 heures

## ~ ORGANISATION ET MOYENS TECHNIQUES

- Formation présentielle continue : stages ouverts regroupant des stagiaires de plusieurs institutions, professions libérales, ou en cours d'orientation professionnelle

-Nombre de stagiaires : jusqu'à 20 personnes

- TARIFS :**
- Prise en charge employeur : 1270€
  - Libéraux prise en charge FIFPL : 970€
  - Personnes auto-financées : 670€

**Réduction 70€ pour les personnes qui logent sur place**

**INSCRIPTIONS et RENSEIGNEMENTS :** Benoit Lesage 06 74 51 37 84 [lesage.irpecor@sfr.fr](mailto:lesage.irpecor@sfr.fr)

Arrhes : 150€ (remboursables jusqu'à deux mois avant le début du stage)

## ~ FORMATEURS :

### • Angela LOUREIRO (Paris) :

L'engagement artistique d'Angela Loureiro en tant qu'interprète, créatrice et pédagogue est empreint de l'approche du mouvement Laban/Bartenieff depuis 1978, date de la création de la compagnie de danse contemporaine Atores Bailarinos do Rio de Janeiro dans laquelle elle s'engage.

En 1995, Angela Loureiro obtient le diplôme de Certified Movement Analyst au Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies (NY) et en 1999 se forme en Cinétopographie Laban au Conservatoire National Supérieur de Musique et Danse de Paris. Elle est également diplômée en Histoire (1976 – PUC-RJ).

Son travail concerne des publics amateurs et professionnels, ayant été accueilli par différentes structures de formation (Conservatoire National Supérieur de Musique et Danse de Paris, Universités Paris V et VIII, associations de psychomotriciens et danse-thérapeutes). Depuis 2002 Angela Loureiro intervient aux côtés de Benoît Lesage dans la formation « Structuration psychocorporelle » au sein d'Irpecor et partage avec lui, depuis 2015, la direction pédagogique. Angela Loureiro est auteur des livres *Effort : l'alternance dynamique du mouvement* (2013) ; co-auteur avec Jacqueline Challet-Haas de *Exercices Fondamentaux de Bartenieff – une approche par la notation Laban* (2008) et de *Diagonales ? Vous avez dit Diagonales ?* (2018) ; co-auteur avec R. Machado et R. Luz de *Danação da Norma – medicina social e psiquiatria no Brasil* (1978). Elle signe aussi des chapitres de livres, des articles et des traductions.



### • Benoît LESAGE (Jougne) :

Docteur en Sciences Humaines, médecin, médecin du sport, danseur, danse-thérapeute, membre fondateur de la Société Française de Danse-Thérapie. 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 (2000-2021)

Maître de conférences à la faculté des sports de Reims (1993-1997). 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

Auteur de *La Danse dans le Processus Thérapeutique* (Ed Erès 2006), de *Jalons pour une pratique psychocorporelle* (Ed Eres 2012) et de *Un corps à construire* (Ers 2021). 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.





## Accordanse et ConcordageS...

### L'expressivité corporelle à partir de Laban

## PROGRAMME

**J1** : Présentation des stagiaires, du cadre, et introduction à la grille de l'Effort de Laban.  
Origines historiques, contexte artistique et social, intérêt clinique

### **J2 à J6** :

- 9h-10h15 : Travail corporel dehors : ajustement postural et tonique, coordinations de base (travail type QIGONG)

- 10h30-12h30 : Exploration des paramètres de la grille de l'EFFORT (Laban)

J2 : Facteur Flux et Poids

J3 : Facteur Espace et temps

J4 : Les "Etats" (combinaison de deux facteurs)

J5 : Les Drive (combinaison de trois facteurs)

J6 : Combinaisons Flux / Poids et Espace / Temps

- 14h30-16h30 : Application cliniques : lien psychocorporel, puis travail de composition personnelle ou en groupe

- 17h-18h30 : Documents pédagogiques, vidéos

Présentations des compositions

**J7** : Synthèses, bilan individuel et groupal

### **HORAIRES** :

J1 : 10-12h30 // 14h30-18h30

J2-5 : 9-12h // 14h-18h

J6 : 9-13h