



Autour du REBOZO : Contenance, Accompagnement et Invitation au mouvement :

Anne BELARGENT / Benoit LESAGE

DATES : 22-26 mai 2027

Lieu : Echay (Doubs)

~ PRESENTATION

Outil de contenance, de rassemblement, de redéfinition des limites, le **rebozo** permet un portage tant physique que psychique (voir présentation en fin de fichier). Traditionnellement utilisé pour l'accompagnement de la grossesse et du post-partum, il peut nourrir une relation d'aide auprès de personnes lors d'une période particulière de la vie -la grossesse par exemple-, ou fragilisées par un handicap, les suites d'une maladie, un contexte psychosocial compliqué, certains troubles du comportement...



La pratique de l'enveloppement doux et confortable par ce châle de coton ou de laine, peut aussi conduire à des mobilisations, à un accompagnement au mouvement.

Ce stage propose les techniques de base du rebozo : serrage, portés, berçements, vagues, étirements. Nous les couplerons à une attention particulière à la qualité du toucher, et au déploiement du mouvement dans l'espace.

Ce stage propose :

- un travail d'ajustement corporel personnel, préalable indispensable pour un dialogue corporel structurant.
- l'affinement de **l'écoute et de la discrimination** des informations
- l'expérience du maniement du rebozo selon l'approche *Slow Rebozo*

~ OBJECTIFS ET COMPETENCES VISEES :

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

maîtrisera les bases pour proposer un massage rebozo et l'adapter à différents publics (grossesse, post-partum, polyhandicap, troubles du comportement...)

- 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.

~ 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 à partir de la pratique du *slow rebozo*.
- approche du toucher et de l'écoute tissulaire
- accompagnement d'un partenaire par le toucher et le mouvement guidé

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



~ 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 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

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

~ MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION :

- Feuilles de présence signées chaque demi-journée par les stagiaires et le formateur
- Attestation de présence individuelle
- Auto-évaluation des stagiaires en fin de stage par 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 concernés par l'accompagnement de la grossesse et du péri-natal

- Professionnels de la relation d'aide engageant une médiation corporelle.

Sont particulièrement concernés les psychomotriciens, éducateurs, infirmiers et autres paramédicaux qui travaillent avec des publics fragiles qui peuvent bénéficier de techniques d'enveloppement, de contenance et d'accompagnement au mouvement.

- Professionnels et/personnes engagées dans le massage ou le toucher thérapeutique
- Ce stage est également ouvert à toute personne intéressée à titre personnel.

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

TARIFS (sessions février et juin) :

- Prise en charge employeur : 1070€
- Libéraux prise en charge FIFPL : 850€
- 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)

~ ORGANISATION ET MOYENS TECHNIQUES

- Formation présentielle continue : stages ouverts regroupant des stagiaires de plusieurs institutions, professions libérales, ou en cours d'orientation professionnelle.
- Les rebozos pour la pratique seront fournis.
- **Nombre de stagiaires :** jusqu'à 18 personnes
- **HORAIRES :** 9h-12h30 et 14h15-18h00 - J1 début à 10h - J5 : 9h-13
- **Volume horaire total :** 32 heures

- **Anne BELARGENT (Suresnes) :**

Après un master d'urbanisme et de sociologie urbaine qui la conduit à travailler dans l'évaluation et l'élaboration des politiques publiques, elle s'oriente vers l'accompagnement de la grossesse et de la naissance en devenant doula. Formée en sophrologie périnatale, elle découvre la pratique du rebozo en 2017 et l'intègre à sa pratique d'accompagnement. Elle y trouve un outil unique à la croisée du soin, du mouvement et de la relation. Aujourd'hui, Anne transmet son approche, le *Slow Rebozo*, à travers des formations professionnelles et des interventions auprès de publics variés : professionnels de l'accompagnement et entreprises, particuliers, couples, couples, Elle œuvre pour une vision du soin plus douce et inclusive où le corps redevient un lieu de confiance et de lien. cf www.slowrebozo.fr



- **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 taï-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).

Le REBOZO :

Le rebozo est un châle mexicain traditionnel confectionné à la main, habituellement en coton ou en laine. Au Mexique, c'est un outil du quotidien de la femme qui l'utilise comme vêtement, comme instrument de portage (des courses, des bébés...), et aussi comme symbole de féminité.. Les *parteras*, sages-femmes traditionnelles, l'ont naturellement intégré dans leur pratique pour accompagner la grossesse, faciliter la naissance et soutenir la convalescence de la jeune maman en postnatal. Beaucoup de doulas l'utilisent dans leur accompagnement pré et post-partum. C'est une pratique qui s'installe dans le paysage thérapeutique et intéresse de plus en plus de professionnels : sage-femmes, kinésithérapeutes, ostéopathes, psychothérapeutes...



L'approche *Slow Rebozo* se distingue par sa simplicité (habillé, au sol ou sur une chaise, grâce à un simple châle), sa grande adaptabilité (personnes à mobilité réduite, femmes enceintes, couples, professionnels en entreprise) et par la qualité de présence qu'elle invite à cultiver. Plus qu'une technique, c'est une posture d'accompagnement qui privilégie la lenteur, l'écoute fine des sensations et le respect du rythme de chacun·e.

La Doula :

La doula est une professionnelle formée à l'accompagnement de la grossesse et de la périnatalité, qui complète et appuie le travail de la sage-femme et de l'obstétricien. La doula répond aux demandes qui surgissent fréquemment : soutien émotionnel, techniques de détente, informations, choix pratiques liés au post-partum... S'il n'existe pas de diplôme d'Etat, la pratique est encadrée par une charte éthique et des formations spécifiques.



Autour du REBOZO : Contenance, Accompagnement et Invitation au 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

Après midi

rebozo 1 : posture, techniques de base
Liens théorico-pratiques

J2

Matin

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale

Ecoute et accompagnement au mouvement

Après-midi

Rebozo : les limites corporelles, les spirales
liens théorico-pratico-cliniques
Ecoute et dialogue tissulaire

J3

Matin (9-11h00)

Pratique corporelle

Ecoute et accompagnement au mouvement

Après midi

Rebozo : techniques de serrage et d'enveloppement
liens théorico-pratico-cliniques
Ecoute et dialogue tissulaire

J4

Matin

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale.

Accompagnement au mouvement

Après-midi

Rebozo : accompagnement au mouvement (expansions, jaillissement)
Massage assis

J5

Matin

Conscience corporelle et harmonisation tonique et posturale.

Synthèse du stage / Intégration

Bilan

Rituel final

