

Stratégies Corporelles®

Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe, Ergothérapeute, Educatrice Somatique. N° d'enregistrement d'activité de formation auprès de la préfecture de la région Rhône-Alpes : 82 69 12681 69

Formation en Stratégies Corporelles Conscientes©-Education Somatique

Cette formation s'adresse à des enseignants ou de futurs enseignants de pratiques corporelles qui souhaitent mettre l'apprentissage de la conscience du corps vécu dans l'expérience du mouvement, de la respiration et de la posture, au cœur de leur enseignement

Objectifs

Permettre à des enseignants ou à de futurs enseignants de pratiques corporelles d'acquérir et de perfectionner leurs connaissances et leur savoir faire pour devenir des acteurs de la prévention de la santé Cette formation a pour but l'acquisition, l'entretien ou le perfectionnement de connaissance comme prévu dans l'article L6313-1 du code du travail.

Elle prévoit l'acquisition de connaissances scientifiques (anatomie, physiologie) afin que la gestuelle que les stagiaires enseigneront dans leur cours soit respectueuse de la biomécanique.

Elle prévoit aussi l'apprentissage d'une pédagogie intégrant le « feedback », c'est à dire la prise en compte de l'information nerveuse sensitive rétroactive du mouvement.

Cette formation s'adresse a des professions médicales ou para médicales ainsi qu'aux professionnels enseignant des activités gymniques ou sportives ou des Arts engageants le corps (la danse, les arts martiaux, le yoga, le Qi Gong etc.).

Contenu du programme : une pédagogie active associant savoirs théoriques et apprentissages pratiques.

L'essence même de l'approche en Stratégies Corporelles requiert de se placer en permanence en interaction avec l'existant:

- -Accueillir ce qui est déjà là, et proposer, dans l'expérience, d'autres voies.
- -Permettre à l'individu de sentir la voie qui lui convient le mieux, celle qui correspond à sa structure personnelle, à son histoire, à ses choix et à ses projets.

Nous optons donc pour une pédagogie compatible avec cette démarche.

En effet, pour que ce type d'apprentissage soit juste nous devrons sans cesse lier connaissances théoriques et expériences sensorimotrices.

Ainsi, pour que chacun apprenne à développer sa sensibilité et son savoir faire, nous pratiquerons une sorte de compagnonnage qui permettra une véritable transmission d'expérience, de savoir être et de savoir faire.

Cet apprentissage s'organisera donc au travers de 2 types de modules :

15 rue du chariot d'or 69004 Lyon Tel : 07 50 80 67 99 1 E-mail :vblancheid@gmail.com Site : <u>www.strategiescorporelles.com</u> n° SIRET : 32807924900061





Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe, Ergothérapeute, Educatrice Somatique. N° d'enregistrement d'activité de formation auprès de la préfecture de la région Rhône-Alpes : 82 69 12681 69

I - Des modules pratiques tournés vers l'apprentissage « en direct ».

- o 1^{er} étape : <u>Expérience corporelle personnelle</u> le stagiaire participe à des cours : sa tâche consistera alors à expérimenter, à observer et à s'interroger dans son expérience corporelle.
- 2éme étape : <u>La pédagogie</u> : Analyse gestuelle et posturale, rôle du langage verbal et non verbal ; interaction avec l'animateur, entre les participants.
 Cette étape se divise en deux temps :
 - -Un temps d'observation auprès de l'animatrice
 - -Puis un temps d'animation en présence de l'animatrice.

Ces modules pratiques auront lieu lors des cours hebdomadaires par **journées entières** ou lors des stages en demi-journées ou résidentiels

Modalités pédagogiques

Deux stagiaires maxima par plages;

Un apprentissage progressif à partir de 3 types de séquences

- 1. Séquence d'expérience sur le tapis avec les groupes.
- 2. Séquence d'observation avec l'animateur.
- 3. Séquence d'animation en présence de l'animatrice.

Après chaque séquence

- Travail d'intégration personnelle avec production d'un rapport écrit.
- Séance de tutorat individuelle : échange, questionnement, évaluation.

La durée de ces séquences d'apprentissages pratiques sera fonction de l'expérience du stagiaire et de ses buts.

Cependant la première étape ne pourra être inférieur à **66 heures**. Au minimum 2H de tutorat suite à cette première séquence.

La 2eme étape ne pourra être inférieure à 10 h Au minimum 4h de tutorat suite à chacune des séquences.

Ces durées se détermineront avec l'animatrice et feront l'objet d'un contrat individualisé.

I - Des modules théoriques et expérientiels

- Le stagiaire devra participer à un minimum de 5 ateliers à **thèmes** d'une durée de 13h, de son choix.
- Ces ateliers à **thèmes** mettront en synergie :
 - o les expériences sensorielles du mouvement
 - et l'éclairage de connaissances théoriques (anatomie, physiologie, biomécanique, neurosciences, science cognitives, psychologie, psychothérapie).

Les thèmes pourront être :

La marche- La respiration- Les appuis et posture-Station assise, station debout- Epaules, cou , tête- La sphère digestive- Hanches, lombaires, bassin-Le toucher- Les tensions cranio-sacrées.

15 rue du chariot d'or 69004 Lyon Tel : 07 50 80 67 99 2 E-mail :vblancheid@gmail.com Site : www.strategiescorporelles.com n° SIRET : 32807924900061



Stratégies Corporelles®

Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe, Ergothérapeute, Educatrice Somatique. N° d'enregistrement d'activité de formation auprès de la préfecture de la région Rhône-Alpes : 82 69 12681 69

Le stagiaire choisira donc en fonction de ses centres d'intérêts. Cependant les modules La respiration et Appuis et posture sont obligatoires

L'ensemble de la formation se fera sur un maximum de 3 ans. Les différentes séquences seront réparties en fonction des choix du stagiaire.

Moyens pédagogiques :

Un lieu de travail de 70 m² avec un parquet de 50m² pour les activités corporelles ainsi que des tapis individuels de 180x100x1,5.

Outils:

Matériel expérientiel

-Balles et ballons de différente taille, bâtons, sphères d'équilibre, etc.

Matériel pédagogique :

- -Modèle anatomique du rachis, du périnée, du crâne, du pied.
- -Planches d'anatomie,

Supports pédagogiques distribués :

- -Lors des ateliers à thèmes plans détaillés de l'intervention par écrit avec le déroulé des séquences théoriques et pratiques.
- Documentations sur les sujets traités.

Compétences de l'intervenante :

Diplômes:

Ergothérapeute D.E. Masseur kinésithérapeute D.E. Ostéopathe

Compétences supplémentaires en relation avec la formation proposée

- -Technique gymnique d'Etirement musculo aponévrotique. Streching
- -Education gymnique et abord de la personne du 3eme âge
- -Méthode des chaines musculaires physiologiques L.Busquet
- -Gymnastique holistique méthode du DR Ehrenfried

Expérience professionnelle en relation avec la formation proposée :

- Animation de groupe de gymnastique pour adultes dans le cadre du cabinet de kinésithérapie depuis 1999.
- -1999 à 2001 en Champagne Ardenne dans mon cabinet situé à Fismes (51) et à la M.J.C. de Fismes.
 - -A partir de 2002 jusqu'à aujourd'hui à Lyon 4eme.

13 cours par semaine.

Stages en demi-journée.. Stages à thèmes et stages d'été.



Stratégies Corporelles®

Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe, Ergothérapeute, Educatrice Somatique. N° d'enregistrement d'activité de formation auprès de la préfecture de la région Rhône-Alpes : 82 69 12681 69

- 1986 et 1987 : Animation d'ateliers de gymnastique pour personnes âgées à l'hôpital de Fismes (51) en ainsi que d'ateliers de mise en forme et de prévention des T.M.S. pour le personnel soignant
- 2007 à 2015 Membre du C.N.P.K. (Comité National de Prévention en Kinésithérapie). Membre de la commission scientifique du CNPK. Agrée par le CNPK pour les bilans de prévention en Kinésithérapie.

Expérience pédagogique :

- -2019-2021 enseignement de l'Education Somatique a L' I.S.T.R de Lyon
- -2016-19 enseignement de l'Education Somatique a L' I.F.M.K.D.V. de Lyon
- -1990 Encadrement de l'enseignement pratique d'Anatomie à l'Université de Reims
- -1986 -1987Enseignement des méthodes de portage et de manipulation à l'hôpital de Fismes
- -1978-1979 Enseignement à l'école d'Ergothérapie de Nancy dans le cadre du module de neurologie de l'adulte.
- -1978-1979 Encadrement d'étudiants ergothérapeutes au cours de leurs stages cliniques.

.

Moyens permettant le suivi de l'action et ses résultats.

- Feuilles de présence
- Questionnaire d'évaluation de la formation après chaque séquence
- Questionnaire d'évaluation des acquis à la fin de chaque atelier à thèmes et de chaque séquence pratique
- Rapport écrit après les modules pratiques en deux séquences.

Donc deux rapports écrits

- -Un dans l'expérience personnelle du mouvement de la posture et de la respiration.
- -Un dans l'observation des outils pédagogiques mis en œuvre par l'animateur et l'expérience personnelle d'animation.

Dans chacun de ces rapports, le stagiaire devra montrer comment il a mis en lien son expérience avec les connaissances théoriques acquises.

o Evaluation par l'animatrice lors des séances de tutorat.

Conditions d'organisation

Tarifs:

<u>Ateliers à thèmes théoriques et expérientiels</u>: 200 € par module. 35€ supplémentaires pour frais de dossier si prise en charge par un organisme <u>Modules pratiques</u>:

15 rue du chariot d'or 69004 Lyon Tel : 07 50 80 67 99 4 E-mail :vblancheid@gmail.com Site : <u>www.strategiescorporelles.com</u> n° SIRET : 32807924900061



Stratégies Corporelles®

Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe, Ergothérapeute, Educatrice Somatique. N° d'enregistrement d'activité de formation auprès de la préfecture de la région Rhône-Alpes : 82 69 12681 69

Pour la première séquence sur le tapis avec les groupes : Le coût de la prestation choisie (Cours hebdomadaires, stage en demi-journée, stage d'été) +70€ l'heure de tutorat. Au minimum 2H de tutorat pour cette première séquence.

Pour la 2^{eme} séquence d'observation et 3^{eme} séquence d'animation : 5€ de l'heure + 70€ l'heure de tutorat. Au minimum 4h de tutorat pour chacune des séquences. A la demande du stagiaire le temps de tutorat peut être partagé avec un autre. Deux stagiaires maxima par tutorat.

Le contenu de cet enseignement n'est pas figé ; il pourra évoluer en fonction des besoins ; de nouvelles données ou / et des expériences.

même temps, l'essence même de ma pratique m'oblige à laisser cette approche ouverte et

La proposition ci dessus est une base mais elle n'est donc pas contractuelle. Mon engagement est de conduire chacun dans cette expérience d'apprentissage. Et en

adaptable.

Si la formation n'est pas suivie dans sa totalité le professionnel ne pourra s'intituler « praticien d'Education Somatique-Stratégies Corporelles ». Et ce titre ne devra paraître sur aucun de ses supports de communication

Cependant que la formation soit partielle ou complète le stagiaire en signant son contrat de formation s'engage à indiquer sur tous ses supports de communication concernant la pratique corporelle consciente : Formé(e) par Véronique Blanchard Heidsieck .

Modalités d'inscription.

Un entretien préalable avec Véronique Blanchard Heidsieck sera nécessaire pour déterminer l'organisation de votre formation en fonction de vos objectifs. Adressez moi un mail à l'adresse suivante : <u>vblancheid@gmail.com</u> avec une présentation de vous même, de votre expérience, de vos formations, et de vos objectifs.

Pour tout renseignements vous pouvez téléphoner au 07 50 80 67 99 Souvent en cours ou en soins je peux rarement répondre immédiatement, n'oubliez pas de me laisser votre N° avec les horaires où je peux vous rappeler.

Suite à l'entretien je vous ferais parvenir un contrat de formation personnalisé.

Les ateliers à thèmes ne seront assurés qu'avec un minimum de participants (8) En cas d'insuffisance d'inscriptions sur une date l'ateliers pourra être reporté.

15 rue du chariot d'or 69004 Lyon Tel : 07 50 80 67 99 5 E-mail :vblancheid@gmail.com Site : <u>www.strategiescorporelles.com</u> n° SIRET : 32807924900061