



# BOUGE ET APPRENDS

Nouvelles formations continues reconnues par l'ASCA

## L'apprentissage, c'est un jeu d'enfant !



- Module 1 :** Comprendre les bases de l'accompagnement d'un enfant ou d'un adulte en difficultés d'apprentissage ou troubles du comportement par des méthodes corporelles et psychocorporelles.
- Module 2 :** Approfondir les bases de l'accompagnement et utiliser un catalogue d'outils permettant une meilleure intégration cérébrale, sensorielle et corporelle.
- Module 3 :** Créer un portfolio (catalogue d'outils) pour accompagner une personne en difficulté par des techniques corporelles et psychocorporelles.
- Support de cours :** Nouveau livre « **L'apprentissage, c'est un jeu d'enfant !** », Agnèle Zufferey Musy et Pierre-Alain Musy, Centre Bouge et Apprends, Edition 2019, 180 pages (accompagné d'un CD intégralement composé par Léonard Gogniat du duo CARROUSEL)
- Dates (module 1) :** Villars-sur-Glâne : 4 et 5 octobre 2019 (2 jours)  
Saillon : 12 et 13 octobre 2019 (2 jours)

## **Quelques contenus des modules :**

- Méthodes corporelles et psychocorporelles (Brain Gym®, RMT®, Bal-A-Vis-X®, MLC®)
- Profil de l'enfant en difficultés d'apprentissage ou troubles du comportement
- Apprentissage de l'observation
- Anamnèse et le bilan de l'enfant en difficulté
- Phases du développement de l'enfant (Mouvements homologues, mouvements homolatéraux et mouvements controlatéraux)
- Rythme et équilibre
- Respiration
- Tonus musculaire et tensions corporelles
- Mouvements intra-utérins et mouvements du bébé dans ses premiers mois de vie (réflexes archaïques)
- Réflexes de peur (Réflexe de retrait, Réflexe de Moro, Réflexe de protection des tendons, Réflexe de Perez)
- Réflexes archaïques et réflexes posturaux
- Causes environnementales des difficultés
- Stimulations vestibulaires, tactiles et proprioceptives (intra-utérines et premiers mois de vie)
- Dominances latérales
- Système visuel, auditif et kinesthésique
- Stress visuel à la lecture et l'écriture
- Coordination œil-main et vision binoculaire
- Conscience et distinction de la gauche et de la droite, du haut et du bas, de la droite et de la gauche
- Apprentissage cognitif, émotionnel et corporel
- Jeux de pieds, de mains, de balles et de petits coussins de grains pour améliorer les compétences visuelles et auditives et différentes autres compétences liées à l'apprentissage.

Ce support pédagogique se base sur les 4 méthodes corporelles et psychocorporelles (Brain Gym®, RMT® (Rhythmic Movement Training), Bal-A-Vis-X® et MLC®) que nous pratiquons au quotidien en cabinet avec des enfants ou adultes en difficultés ou des enfants ou adultes sans difficultés qui veulent acquérir de nouveaux outils dans le but d'utiliser tout leur potentiel et de mieux gérer leur stress au quotidien. Après une brève description de ces méthodes, nous avons souhaité présenter dans un livre nos propres observations et développements depuis 20 ans.

Chaque chapitre est structuré en quatre parties. Les thèmes sont décrits de manière théorique et illustrés par de nombreuses activités pratiques. Dans la première partie, on donne en théorie quelques explications nécessaires à la compréhension du thème. La deuxième partie présente un catalogue de mouvements et d'exercices décrits et illustrés. Dans la troisième partie, on propose une démarche récurrente permettant l'accès à la musique. La dernière partie est prévue pour la présentation de certains développements pour les initiés.

**Pour retrouver toutes les dates des différents modules :**

<https://bouge-et-apprends.ch/calendrier/le-centre>

**Pour consulter tous les contenus et les prix des différents modules :**

<https://bouge-et-apprends.ch/centre-bouge-et-apprends/l-apprentissage-c-est-un-jeu-d-enfant-livre>

Les modules sont organisés plusieurs fois par année. Il est possible d'effectuer les 3 modules en semaine résidentielle en juillet 2020. Sur demande, d'autres dates peuvent être prévues.

# Formations Brain Gym®

Cercles de Vision :	du 4 au 6 octobre 2019, Villars-sur-Glâne
Dynamiques du mouvement :	du 15 au 16 novembre (jusqu'à 13h) 2019, Villars-sur-Glâne
Exploration du Crayonnage en miroir :	du 16 (dès 14h) au 17 novembre 2019, Villars-sur-Glâne
Brain Gym 104 :	du 16 au 17 novembre 2019, Villars-sur-Glâne
Brain Gym I+II :	du 6 au 8 décembre 2019, Villars-sur-Glâne

Toutes nos dates sont disponibles sur le lien : <https://bouge-et-apprends.ch/calendrier/le-centre>  
Toutes ces formations sont reconnues comme formation continue par l'ASCA.

## Formations en RMT® (Rhythmic Movement Training du Dr Harald Blomberg)

Les réflexes archaïques sont des programmes moteurs essentiels à notre survie et à notre développement physique, intellectuel et émotionnel. Ils sont là pour nous accompagner au quotidien et nous procurer bien être, aisance et succès dans nos activités de chaque instant, qu'elles soient physiques, cognitives ou émotionnelles. On remarque que de nombreux enfants ou adultes en difficulté ont manqué certaines étapes de leur développement dans les premiers mois de vie. La méthode RMT® aide à intégrer les réflexes archaïques non développés ou pas intégrés.

La prochaine session de formations RMT® (intégration des réflexes archaïques) pour la Suisse est planifiée à Villars-sur-Glâne du 12 au 17 septembre 2019. Toutes ces formations sont reconnues comme formation continue par l'ASCA.

<b>RMT I :</b>	du 12 au 13 septembre 2019 (TDA/TDAH)
<b>RMT maternelle :</b>	du 14 au 15 septembre 2019
<b>IRB (Intégration des réflexes par les balles) :</b>	du 16 au 17 septembre 2019

Il n'y a pas de prérequis pour ces 3 formations.

<b>RMT II :</b>	du 16 au 17 novembre 2019 (Les émotions)
<b>RMT III :</b>	du 18 au 19 novembre 2019 (La dyslexie)

Dates et contenus sur le lien : <https://bouge-et-apprends.ch/calendrier/rmt>

# Marche en plein air et Mouvements de la MLC<sup>©</sup> et Sessions MLC<sup>©</sup>

La MLC<sup>©</sup>, Méthode de Libération des Cuirasses, développée par Marie Lise Labonté, est une approche psychocorporelle qui délie les chaînes musculaires par des mouvements doux, simples et progressifs, en utilisant des outils tels que balles mousses, rondins, bâtons ou balles de tennis. Adaptée à chaque personnalité et à chaque morphologie, elle s'enseigne en groupes ou de manière individuelle.

Par l'exploration consciente du mouvement, la MLC<sup>©</sup> invite la personne à établir, dans la douceur, une relation d'accueil et d'écoute avec les messages de son corps. Elle libère les tensions physiques et psychiques qui y sont accumulées et permet de retrouver vitalité, détente et bien-être.

Chacun, à son rythme, apprivoise la rencontre avec les sensations de son corps. Nous sommes notre propre outil de guérison.

**Les nouvelles dates sont disponibles en pdf sur la page d'accueil de notre site :**  
<https://bouge-et-apprends.ch>.

## A Saillon :

Les **jeudis** ou **vendredis**, environ tous les 15 jours, à partir du 29 août 2019 (session de 8 fois) :

- de 17h00 à 18h00 (MLC<sup>©</sup> sans marche)
- de 18h30 à 20h00 (Marche et MLC<sup>©</sup>)
- de 20h15 à 21h15 (MLC<sup>©</sup> sans marche).

## A Villars-sur-Glâne:

- **les lundis, dès le 26 août 2019** (session de 8 fois), à Villars-sur-Glâne  
8h30 à 10h00 ou 14h15 à 15h45 ou 19h à 20h (MLC<sup>©</sup> sans marche)
- **les mardis, dès le 27 août 2019** (session de 8 fois), à Villars-sur-Glâne  
9h00 à 10h30 ou 12h00 à 13h30 ou 17h00 à 18h00 (MLC<sup>©</sup> sans marche) ou 18h30 à 20h00
- **les mercredis, dès le 28 août 2019** (session de 8 fois), à Villars-sur-Glâne  
8h30 à 10h00 ou 12h00 à 13h30

*Il est possible d'intégrer un groupe en tout temps. D'autres horaires sont possibles sur demande.  
Des sessions individuelles peuvent aussi être données.*

# Ateliers pour enfants

## **Brain Gym®-Poterie & Brain Gym®-Créativité**

Des ateliers sont organisés pour les enfants le mercredi après-midi, de 15h à 16h30, tout au long de l'année.

**Dates** : 28.08 / 11.09 / 25.09 / 09.10.2019 ou 04.09 / 18.09 / 02.10 / 16.10.2019. D'autres dates suivront.

Le premier atelier associe les activités de Brain Gym® avec le travail de la terre dans un atelier de poterie. Chaque enfant réalise un objet qu'il pourra prendre à la maison.

Le second atelier associe les activités de Brain Gym® avec des activités de dessin, de bricolage ou de contes.

**Les informations sont disponibles en pdf sur la page d'accueil de notre site :**  
<https://bouge-et-apprends.ch>.

Renseignements et inscriptions :  
**[www.bouge-et-apprends.ch](http://www.bouge-et-apprends.ch)** ou **[www.cbea.ch](http://www.cbea.ch)**  
*[info@cbea.ch](mailto:info@cbea.ch)*

*N'oubliez pas de vous inscrire à notre newsletter mensuelle sur la page d'accueil de notre site !*