



Praticien BEM[©]

Formation INTER : dans nos locaux	40 jours / 280 heures
Formation INTRA : dans votre entreprise	40 jours / 280 heures

Nous constatons tous que notre corps a ses limites. Dans des situations d'accompagnement, la méthode BEM, va contribuer à envisager la relation au corps et à ses potentialités autrement.

Objectifs

Objectif général :

Acquérir la méthode BEM[®] pour devenir praticien BEM[®] et mettre en place des accompagnements avec ces compétences complémentaires.

Objectifs pédagogiques :

Valoriser l'aspect relationnel dans le positionnement du praticien BEM[®].

Objectifs opérationnels :

Acquérir des outils pédagogiques pertinent et innovant à mettre en place dans les actes professionnels d'accompagnement et de soin.

Public concerné

Animateurs, moniteurs, éducateurs, thérapeutes, personnels dans le soin, l'éducation et l'accompagnement.

Prérequis

Sensible aux bienfaits de l'engagement du corps et de l'importance de l'aspect relationnel dans l'accompagnement de la personne.

Méthode

- Bien-Être par le Mouvement[®], méthode créée par Annick Chaudouët.
- E.S.P.E.R.E - Feldenkrais.

Moyens techniques

- Échanges, exercices pratiques, support numérique..
- Remise d'un mémento sous forme numérique.

Évaluation

- Test de positionnement en amont de la formation.
- Évaluation mi-parcours.
- Évaluations à chaud et à froid 3 mois après la formation.
- Attestation de fin de formation.

Formatrice

Annick Chaudouët

Danseuse - Chorégraphe
Créatrice de la méthode de "Bien-Être par le Mouvement[®]"
Praticienne E.S.P.E.R.E.

Contact

09 53 52 80 99
07 81 68 03 78
a.chaudouetbem@gmail.com
www.bienetreparlemouvement.fr

PROGRAMME

Modules et sessions sur 10 mois :

- 2 modules de 2 jours par mois
- 2 sessions de 5 mois

Session 1

Découverte de la méthode BEM[®] (sur 5 mois - 140h)

Module 1 : définition et présentation du BEM[©] - (2 x 2jours - 28h)

Module 2 : unité de l'être

Module 3 : la voix et le mouvement

Module 4 : les systèmes co-agissent

Module 5 : évaluations - Auto-évaluations

- Présentation des outils de la méthode E.S.P.E.R.E de Jacques Salomé (Bâton de parole-écharpes relationnelles, contextualisation, symbolisation...)
- Découverte du "Bien Être par le Mouvement" et des bienfaits de l'écoute et de l'engagement du corps pour libérer efficacité, agilité et potentialités.
- Alternance de théories (présentation PP ou Prezi) et de pratiques.
- Auto-évaluations.

Session 2

Validation de la formation et de la posture de praticien BEM[©] (sur 5 mois - 140h)

Module 1 : démarrage des mémoires - (2 x 2jours - 28h)

Module 2 : mon positionnement de praticien BEM[©]

Module 3 : je mets en place des ateliers BEM[©]

Module 4 : mon positionnement vers des publics différents

Module 5 : évaluation - Auto-évaluation.

LES PETITS PLUS

- + Mise en place de lecture de pratiques bi-annuelles
- + Inscription dans un annuaire praticiens BEM

Les infos en +

- + Session : de 6 et 12 participants, entrées et sorties permanentes, nous consulter.
- + Horaires : 9h à 12h et de 13h30 à 17h.



Réussir ses prises de parole, animer un groupe, une réunion, un atelier

Formation INTER : dans nos locaux

1 jour / 7 heures

Formation INTRA : dans votre entreprise

1 jour / 7 heures

Parce que le corps est engagé, découvrir et utiliser les outils de l'approche holistique et relationnelle de la danse d'Annick Chaudouët, ainsi que des outils de la méthode E.S.P.E.R.E de Jacques Salomé, afin de faciliter une prise de parole naturelle et libérer une aisance à animer toute situation en position d'orateur et/ou d'animateur.

Objectifs

Objectif général :

Libérer le plaisir de l'expression orale face à un groupe.

Objectifs pédagogiques :

Valoriser les potentialités de chaque participant à accéder à sa confiance en lui et trouver ses ressources dans son expression orale.

Objectifs opérationnels :

Acquérir des outils pédagogiques pertinent et innovant à mettre en place dans les situations professionnelles, dans lesquelles les prises de parole sont nécessaires.

Public concerné

- Tout public.

Prérequis

Sensible aux méthodes susceptibles de renforcer la confiance en soi.

Méthode

- Bien-Être par le Mouvement®, méthode créée par Annick Chaudouët.
- E.S.P.E.R.E - Feldenkrais (Visualisation) Scénographie, préparation des interprètes (acteurs-danseurs...).

Moyens techniques

- Échanges, exercices pratiques, support numérique.
- Remise d'un mémento sous forme numérique.

Évaluation

- Test de positionnement en amont de la formation.
- Évaluations à chaud et à froid 3 mois après la formation.
- Attestation de fin de formation.

Formatrice

Annick Chaudouët

Danseuse - Chorégraphe
Créatrice de la méthode de "Bien-Être par le Mouvement®"
Praticienne E.S.P.E.R.E.

Contact

09 53 52 80 99
07 81 68 03 78
a.chaudouetbem@gmail.com
www.bienetreparlemouvement.fr

PROGRAMME

Matin

- Présentation des participants et évaluation des besoins.
- Présentation des outils de la méthode E.S.P.E.R.E de Jacques Salomé (Bâton de parole-écharpes relationnelles).
- Découverte du "Bien Être par le Mouvement". Alternance de théories (présentation PP ou Prezi) et de pratiques.
- Auto-évaluations.

Après-midi

Pratiques :

- "Je prends la parole" dans différentes situations.
- J'acquière des outils pour renforcer ma confiance en moi et l'utilisation de ma voix.
- En groupe, évaluations et auto-évaluations des acquis.
- Évaluations à chaud.

Les infos en +

- + Session : de 6 et 12 participants, entrées et sorties permanentes, nous consulter.
- + Horaires : 9h à 12h et de 13h30 à 17h.



Se mettre à l'écoute des langages corporel et non-verbal

Formation INTER : dans nos locaux

2 jours / 14 heures

Formation INTRA : dans votre entreprise

2 jours / 14 heures

Toute notre vie durant, notre corps est un " lanceur d'alerte ". Les pathologies nombreuses liées aux stress et aux conditions de travail nous mettent à présent en demeure de devenir acteur de nos adaptations et de notre communication.

Objectifs

- Renouer le dialogue avec notre corps.
- Découvrir ses ressources, des postures, des habitudes, à mettre en place pour libérer son efficacité et créer une dynamique de groupe.

Public concerné

- Personnes en recherche d'emploi et/ou en reconversion.
- Salariés, équipes pluridisciplinaires.

Prérequis

Aucun prérequis.

Méthode

BEM " Bien-Être par le Mouvement©"
E.S.P.E.R.E

Moyens techniques

Supports pédagogiques numériques, scénettes.

Évaluation

- Test de positionnement en amont de la formation.
- Évaluation et auto-évaluation en cours de formation.
- Évaluations à chaud et à froid 3 mois après la formation.
- Attestation de fin de formation.

Formatrice

Annick Chaudouët

Danseuse - Chorégraphe
Créatrice de la méthode de
" Bien-Être par le Mouvement©"
Praticienne E.S.P.E.R.E.

Contact

09 53 52 80 99
07 81 68 03 78
a.chaudouetbem@gmail.com
www.bienetreparlemouvement.fr

PROGRAMME

En amont de la formation FOAD

- Questionnaire de positionnement

Jour 1

Savoir être, postures et outils

- Se mettre à l'écoute du corps, des sensations, des ressentis.
- Valoriser la connaissance et la reconnaissance des compétences et des potentialités de notre corps.
- Faire l'expérience de postures dynamisantes, reposantes...

Jour 2

Mise en situation

- À l'aide des outils des 2 méthodes, vivre des situations, des scénettes, afin de faire l'expérience de ses ressources.
- Utiliser les outils des 2 méthodes.

Les infos en +

- + Session : de 6 et 8 participants, entrées et sorties permanentes, nous consulter.
- + Horaires : 9h à 12h et de 13h30 à 17h.



Travailler sa qualité relationnelle et son adaptabilité

Formation INTER : dans nos locaux

2 jours / 14 heures

Formation INTRA : dans votre entreprise

2 jours / 14 heures

Dans tous les domaines professionnels, faire appel à ses ressources relationnelles facilite l'esprit d'équipe, la cohésion et la communication.

Objectifs

Renforcer ses compétences relationnelles et savoir les utiliser.

Public concerné

- Personnes en recherche d'emploi et/ou en reconversion.
- Salariés, équipes pluridisciplinaires.

Prérequis

Aucun prérequis.

Méthode

BEM " Bien-Être par le Mouvement® " E.S.P.E.R.E

Moyens techniques

Supports pédagogiques numériques, scénettes.

Évaluation

- Test de positionnement en amont de la formation.
- Évaluation et auto-évaluation en cours de formation.

- Évaluations à chaud et à froid 3 mois après la formation.
- Attestation de fin de formation.

Formatrice

Annick Chaudouët

Danseuse - Chorégraphe
Créatrice de la méthode de " Bien-Être par le Mouvement® " Praticienne E.S.P.E.R.E.

Contact

09 53 52 80 99
07 81 68 03 78
a.chaudouetbem@gmail.com
www.bienetreparlemouvement.fr

PROGRAMME

En amont de la formation FOAD

- Questionnaire de positionnement

Jour 1

Savoir être, postures et outils

- Travailler sur la prise de conscience du stagiaire et sur sa capacité à faire appel à ses ressources relationnelles.
- Valoriser la connaissance et la reconnaissance des compétences respectives et additionnelles.

Jour 2

Mise en situation

- À l'aide des outils des 2 méthodes, vivre des situations, des scénettes, afin de faire l'expérience de ses ressources.
- Utiliser les outils des 2 méthodes.

Les infos en +

- + Session : de 6 et 8 participants, entrées et sorties permanentes, nous consulter.
- + Horaires : 9h à 12h et de 13h30 à 17h.