

FORMATION : VOYAGE AU CŒUR DE LA RESPIRATION POSTURE – PRÉSENCE THÉRAPEUTIQUE

Plan détaillé du déroulé — 4 jours en résidentiel

Structure générale

Rubrique	Détail
Durée	4 jours, en résidentiel.
Public	Orthophonistes, ostéopathes, kinésithérapeutes, psychomotriciens, médecins, psychologues ... — 15 participants maximum.
Pédagogie	Expériences (40 %) : exercices corporels, jeux de rôle, auto-observation, palpation. Théorique (30 %) : apports scientifiques (neurosciences, anatomie, physiologie). Pratique clinique (30 %) : analyse de cas, protocoles, outils concrets.
Supports	Vidéos (larynx, diaphragme), schémas anatomiques, documents Word/PPT, matériel orthophonique (Flow-ball, Lax Vox, pailles, etc.).
Lieu	Centre Aguila — cadre résidentiel favorisant l'immersion (Espace détente : sauna, bain d'eau de source).

Points clés de l'organisation

- **Progressivité :**
 - Jour 1 : Attention perceptuelle, présence thérapeutique,
 - Jour 2 : Anatomie/physiologie/neurologie de la respiration, posture & Réflexes archaïques en lien
 - Jour 3 : Posture et réflexes archaïques 2 – Mise en lien avec les 8 blessures émotionnelles & la cognition
 - Jour 4 : Dysfonctions oro-myo-faciales, voix & dysphagie : Approche transversale et clinique.
- **Alternance permanente :**
 - Théorie (30 %) : apports scientifiques (neurosciences, anatomie).
 - Expérience (40 %) : vécu corporel (méditation, exercices de respiration, jeux de rôle).
 - Pratique clinique (30 %) : mises en situation, évaluations, protocoles.
- **Outils concrets :**
 - Matériel orthophonique : Flow-ball, Lax Vox, pailles, bulles, sifflets.
 - Supports visuels : vidéos, schémas anatomiques, tableaux synthétiques.
 - Fiches pratiques : grilles d'observation, principe d'évaluation/correction, cas cliniques.
 - Livrets quotidiens d'approfondissement pratique et théorique
- **Pédagogie active :**
 - Binômes/trinômes pour les exercices pratiques.
 - Sous-groupes pour les ateliers cliniques (Jour 4).
 - Feedback immédiat après chaque mise en pratique.

Répartition des thèmes par jour

Jour	Thèmes principaux	Focus
1	Attention perceptuelle, présence thérapeutique,	Expérience et attitude
2	Respiration(anatomie/physiologie/embryologie), posture & Réflexes archaïques 1	Corps et souffle
3	Posture et réflexes archaïques (approfondissement), mise en lien avec les émotions & la cognition	Systèmes et perspectives intégratives
4	Dysfonctions oro-myo-faciales, voix & dysphagie : Approche globale et clinique	Clinique et application

Programme détaillé par jour

Jour 1 — Fondations : de l'observation à la présence

Objectif : Développer la qualité de présence thérapeutique comme socle de toute prise en soin.

Horaire	Contenu	Modalités & supports
7h00 – 7h30	Marche en conscience (facultative) ou pratique en salle (selon météo)	Expérientielle
7h30 – 8h30	Petit déjeuner	—
8h30 – 9h00	Accueil : ouverture du cercle, présentation des stagiaires et des formateurs, intentions et attentes, rappel des objectifs et du cadre	Interactive
9h00 – 10h30	Pratique d'observation 1 Théorie : Qu'est-ce que l'observation ?	Expositive et interactive Support PPT & livret péda.
10h30 – 10h45	Pause	—
10h45 – 12h30	Pratique d'observation 2 : Observation de la respiration sur soi Pratiques d'ancrage Pratiques d'observation 3 : Retour sur l'observation de la respiration sur soi Retour d'expérience. Théorie : qu'est-ce que la présence ? — les 3 piliers	Expérientielle et théorique Support PPT & livret péda.
12h30 – 14h00	Pause déjeuner	—
14h00 – 14h30	Pratique dynamique	Expérientielle
14h30 – 16h00	Théorie : anatomie descriptive de la respiration et palpatoire.	Théorique Support PPT – vidéos & livret péda.
16h00 – 16h15	Pause	—
16h15 – 17h30	Observation et synchronie de tous les diaphragmes sur soi Observation visuelle : corps, posture, mouvements respiratoires	Expérientielle Support PPT & livret péda.

	Toucher Retour d'expérience.	
17h30 – 18h00	Synthèse et retour sur la journée ; fermeture du cercle.	Interactive
Soirée	Échanges-débat : sympathie, empathie, compassion.	Interactive

Jour 2 — Anatomie & physiologie de la respiration, réflexes archaïques (1)

Objectif : Passer de l'attitude perceptuelle à la compréhension de la respiration comme fonction globale (biomécanique, neurologique, émotionnelle & cognitive).

Horaire	Contenu	Modalités & supports
7h00 – 7h30	Pratique de présence (facultative) ou pratique en salle (selon météo)	Expérientielle
7h30 – 8h30	Petit déjeuner	—
8h30 – 9h00	Retour sur la première journée	Interactive
9h00 – 10h15	Neurologie de la respiration (dont système nerveux neurovégétatif).	Théorique Support PPT & livret péda.
10h15 – 10h30	Pause	—
10h30 – 11h15	Physiologie de la respiration.	Théorique Support PPT – vidéos & livret péda.
11h15 – 12h30	Observation visuelle et par le toucher de la respiration sur l'autre – notamment de la synchronie de tous les diaphragmes Retour d'expérience.	Expérientielle
12h30 – 14h00	Pause déjeuner	—
14h00 – 14h30	Pratique dynamique : réflexes archaïques	Expérientielle
14h30 – 16h00	Les réflexes archaïques : généralités.	Théorique Support PPT & livret péda.
16h00 – 16h15	Pause	—
16h15 – 18h00	Présentation des réflexes en lien avec la respiration et la posture. Pratique d'observation : réflexe de Moro, Réflexe Tonique Labyrinthique & fousissement.	Théorique et pratique Support PPT & livret péda.
18h00 – 18h30	Synthèse et retour sur la journée ; fermeture du cercle.	Interactive
Soirée facultative	Échanges-débat – « Prendre soin, accompagner, guérir en conscience » - <i>sous réserve de propositions alternatives</i>	Interactive

Jour 3 — Posture & réflexes archaïques (2)

Objectif : Comprendre comment la posture, les émotions et les réflexes archaïques modulent la respiration et la cognition.

Horaire	Contenu	Modalités & supports
7h00 – 7h45	Marche en conscience (facultative) ou pratique en salle (selon météo)	Expérientielle
7h45 – 8h30	Petit déjeuner	—
8h30 – 9h30	Rappel : Quiz — anatomie, physiologie, système nerveux végétatif, réflexes.	Interactive
9h30 – 10h15	Posture : Expérience : observation posturale en binôme (alignement colonne/crâne/langue/ceintures).	Expérientielle
10h15-10h30	Pause	—
10h30 – 12h30	Théorie : liens respiration-posture Pratique : Respiration & posture Théorie : Morphotypes des 8 blessures de Pierrakos	Interactive Support : questions/réponses Théorie Support PPT & livret péda.
12h30 – 14h00	Pause déjeuner	—
14h00 – 14h30	Pratique dynamique	Expérientielle
14h30 – 16h00	Réflexes archaïques : généralités, présentation en lien avec la respiration et la posture. Théorie et pratique : Réflexe Tonique Symétrique de Cou	Théorique Support PPT & livret péda.
16h00 – 16h15	Pause	—
16h30 – 18h00	Théorie et pratique : Le réflexe Tonique Asymétrique de Cou - le réflexe Spinal de Galant.	Théorique Support PPT & livret péda. Pratique
18h00 – 18h30	Synthèse : « Quels liens voyez-vous entre réflexes, posture, émotions et respiration ? » et fermeture du cercle.	Interactive
Soirée facultative	<i>Cercle de parole</i>	Interactive

Jour 4 — Dysfonctions et intégration clinique

Objectif : Relier toutes les dimensions pour comprendre et traiter les dysfonctions oro-myo-faciales (mastication, déglutition, voix) et respiratoires.

Horaire	Contenu	Modalités & supports
8h00– 8h30	Petit déjeuner	—
8h30 – 9h00	Rappel : Quiz 2 – les 8 blessures	Interactive
9h00 – 10h30	Dysfonctions oro-myo-faciales : modèle intégratif - Définition - Sphère manducatrice et système lingual - Voix Liens avec la respiration/posture.	Théorique
10h30 – 10h45	Pause	
10h45 – 12h30	Évaluation des dysfonctions en binômes	Pratique
12h30 – 14h00	Pause déjeuner	—
14h00 – 16h0	Approche globale des dysfonctions Proposition de protocoles point de départ de l’observation et de la prise en charge Pratique : Ateliers en sous-groupes - Cas cliniques amenés par les participants	Théorique 30 % + pratique 70 % Protocoles écrits, matériel (pailles, ballons, etc.)
16h00 – 16h30	Synthèse et clôture : retour d'expérience	Interactive Fiche d'évaluation

Éléments complémentaires

Supports numériques

- QCM interactifs pour les rappels.
- Forum dédié pour échanger après le stage : partage de cas, questions.

Évaluation continue

- Fiche de suivi individuelle, remplie chaque jour par les participants.
- Journal de bord : notes personnelles, observations, questions.

Cadre inspirant

- Lieu : Centre Aguila, pour favoriser l'immersion.