



PROGRAMME DETAILLE DU CENTRE DE FORMATION INTERNATIONAL DE DANSE FEELING LALIE BENA

Présentation du centre

Le CFI est une association loi 1901 créée en 2004 à NARBONNE par Nathalie Benhaim Carsin dite Lalie Bena créatrice de la méthode et les 2 premières intervenantes certifiées en France dans le but de développer cet art thérapie .

La méthode est communément appelée *méthode feeling* , *danse feeling* ou encore *gym feeling* selon les publics et secteur d'activité .

LA DANSE FEELING LALIEBENA CONCEPT ATELIER FEELING AVEC LA COMPAGNIE FEELING a été déposée en 2004 par Nathalie BENHAÏM CAR SIN à la société des droits d'auteurs le 5/09/2005 sous le numéro 241868 ,à chaque renouvellement le contenu de la méthode est enrichi jusqu'à ce jour sous le numéro actuel 279370.

Le développement par la formation d'intervenants en région PACA apporte au CFI des retours positifs du secteur santé par les infirmières certifiées en danse thérapie méthode Lalie Bena menant régulièrement des ateliers de danse feeling et gym feeling à leurs patients.

Outre les actions sport santé et danse thérapie menées par la fondatrice ,des actions de formation continue sont proposées en OCCITANIE et en PACA.

Plusieurs modules sont proposés en fonction du cursus des postulants et des objectifs professionnels et personnels et le CFI EST LE SEUL GARANT DE LA TECHNICITE DE LA METHODE.

Outils fondamentaux

Les 8 gammes corporelles dites **G** de 1 à 8 et les exercices santé gym feeling dits **ESGF** de 1 à 8 créés par Nathalie Benhaim Carsin cf dépôt SADC noms des G et ESGF contenus support vidéo déposés propriété du CFI et des intervenants ayant suivi les modules accompagnés d'un formateur et des explications .

CORRESPONDANCE

Nathalie CAR SIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

secretariatdansefeeling@gmail.com

www.danse-feeling-laliebena.com

OF 76110175011

Le cursus

Modules *	1 ^{er} degrés Praticien	2ième degrés Intervenant	3ième degrés Thérapeute	4ième degrés Formateur
Secteur	SPORTIF	CULTUREL	Sanitaire et sociale	Enseignement
pré-requis	BAC Pratique sportive	BAC +2 Pratique de la danse	2 ième degrés	3ième degrés
Plan de formation				
Individuel	30 heures	60 heures	120 heures	400 heures
Pratique collective ❖	Un an	deux ans	trois ans	quatre ans
Spécificités	Bien-être	Gym feeling Danse feeling	Sport santé Sport sur ordonnance Antalgie naturelle Danse thérapie	Formation

❖
40hpratique =une année

Niveau de compétences G1 etESGF1+ G2,3 et ESGF2 + G4,5,6 et ESGF3à5+G7,8 et ESGF 5à8

Organisme certificateur: LE CFI

Un médecin la directrice pédagogique,une infirmière,une danse thérapeute certifiée en exercice

Chaque candidat suit un plan individualisé de formation établi avec le CFI en fonction de son projet professionnel et de son niveau d'étude .La formation étant directement liée au travail du corps le plan individuel est souple et révisable tout au long de la formation qui engendre une psychanalyse corporelle personnelle et guide le processus évolutif du futur intervenant vers sa spécificité.

SIEGE SOCIAL

CORRESPONDANCE

Nathalie CARLIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

www.danse-feeling-laliebena.com

Les modules *

1^{er} degrés

Module Développement personnel /pré-requis 2ieme degrés si nécessaire accessible à tous publics, permet de pratiquer et d'accéder au 2eme degrés

Compétences visées:- savoir pratiquer seul la première gamme corporelle de santé dont l'objectif est la réappropriation de son corps en harmonie avec la respiration pour une juste circulation de l'énergie vitale.

-être capable d'intégrer cette pratique pour un mieux être au travail.

2ieme degrés

accessible aux enseignants, danseurs tous styles et professionnels de la santé

compétences visées:-

- être capable de créer dans le réseau associatif sanitaire et social des initiations.
- apprendre à organiser un programme d'activité respectant une progression pédagogique
- expliquer les bases de la méthode ainsi que les conditions nécessaires, équipements, matériel...
- enseigner les techniques fondamentales de la *Danse Feeling Lalie Bena* et ou de la *Gym Feeling Lalie Bena*
- faire acquérir les apprentissages moteurs en apprenant à montrer et corriger les postures physiques
- développer ses aptitudes physiques en rapport avec cette danse et/ou cette gymnastique : souplesse coordination harmonisation de la respiration

3ieme degrés

-module sport sur ordonnance *gym Lalie Bena accessible aux médecins*

-module danse thérapie *Lalie Bena accessible prioritairement aux psychologues* et aux professionnels de la santé.

Pour les professionnels de la danse souhaitant se diriger dans la danse *thérapie méthode Lalie Bena*,

2 modules théoriques supplémentaires sont obligatoires

« 4 étapes pour porter secours »

dispense en cas de possession d'un brevet de secourisme,

« les pathologies et la danse feeling méthode *Lalie Bena* »

études des 30 maladies dites d'affection longue durée et du décret n2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection longue durée.

SIEGE SOCIAL

CORRESPONDANCE

Nathalie CARLIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

www.danse-feeling-laliebena.com

compétences visées:

- Savoir adapter les différents outils de la méthode face à la situation
- Faire une proposition technique claire
- Intégrer ses interventions au sein d'un projet thérapeutique institutionnel
- Cerner les fondements et enjeux d'un travail psycho corporel et mettre en place les outils qui permettent au professionnel d'engager un dialogue corporel structurant, dans le cadre d'une relation d'aide et de prise en charge de la santé globale.
- concevoir un atelier en tenant compte du contexte institutionnel
- repérer les aptitudes de la personne à l'expression corporelle
- poser les limites d'une indication danse-thérapeutique en collaboration avec l'équipe professionnelle
- Un projet d'atelier de danse thérapie ciblé sur une pathologie devra être présenté en fin de formation et proposé au CFI,
- évaluer l'évolution de la personne face à son changement d'attitude et ses productions
- rédaction des bilans
- participation à l'élaboration de projets de soins et de prévention

Les intervenants

Le CFI a formé depuis sa création une vingtaine d'intervenants qui pratiquent et transmettent la méthode *Lalie Bena* dans le sud de la France. Ils participent au développement de la méthode selon le projet associatif du CFI et accompagnent les nouveaux candidats à la formation .

Les formateurs

- Nathalie Benhaim Carsin créatrice de la méthode .

A partir d'octobre 2018 une deuxième formatrice intervenante certifiée actuellement avec *Lalie Bena* en formation sera habilitée par le CFI à animer des sessions de formations auprès des futurs intervenants le CFI demeurant la seule autorité responsable de la certification.

Afin de valider chaque année son titre de formateur, il est nécessaire de suivre des stages de remise à niveau . Pour les intervenants autonomes certifiés la participation à un stage collectif annuel est requise .

La candidature au niveau de formateur nécessite une pratique régulière avérée de la méthode d'une durée minimale de 4 années consécutives.

Dans le cadre des projets **Sport sur ordonnance méthode *Lalie Bena*** les infirmières certifiées en danse thérapie méthode *Lalie Bena* dispensent les modules théoriques requis si nécessaire dans le cadre de leur engagement associatif. Des réunions régulières sont conduites en présence de médecins pour une optimisation qualitative.

SIEGE SOCIAL

CORRESPONDANCE

Nathalie CAR SIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

www.danse-feeling-laliebena.com

Lieu des formations

Camping LVL les Ayguades 11430 GRUISSAN

Centre Avea 11100 Narbonne Plage

-

Contenu global des différentes formations

1^{er} degrés LA BULLE l'intention et la forme du mouvement, la fusion
corps espace"

outils : G1 et ESGF1

Ce module permet d'acquérir la première gamme corporelles de santé ,

1/ Enracinement et centrage

- la technique de la danse classique basée sur l'en dehors
- la coordination rythmique asymétrique de la danse Jazz
- la fluidité de la danse contemporaine
- l'énergie des arts martiaux

2/ Souplesse de la colonne vertébrale

- acquérir la faculté de mouvoir son corps dans toutes les directions de l'espace
- prise de conscience de cette liberté liée au bien être physique

3/ Liaison des différentes parties du corps

- utilisation de l'énergie vitale pour la création et l'improvisation

4/ Approfondissement de l'intention avec coordination de différentes formes

CORRESPONDANCE

Nathalie CARLIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

secretariatdansefeeling@gmail.com

www.danse-feeling-laliebena.com

- vivre le mouvement de l'intérieur naturellement

2ème degré: Danse feeling « l'asymétrie fluidité saccades et amplitude »

Outils : G2 et G3

1/ Accentuation des rythmes

- travail en présence de musiciens
- identification du danseur au musicien
- chorégraphies

2/ Complication des formes

- libération du corps dans l'espace
- le centre à l'origine des formes

3/ Maintien de la fusion

- adaptation aux différents environnements

4/ Amplification de l'intention

- unification corps et esprit
- apprendre à organiser un programme d'activité respectant une progression pédagogique
- apprendre à expliquer les bases de la méthode ainsi que les conditions nécessaires, équipements, matériel...
- savoir enseigner les techniques fondamentales de la *Danse Feeling Lalie Bena*
- faire acquérir les apprentissages moteurs en apprenant à montrer et corriger les postures physiques
- développer ses aptitudes physiques en rapport avec cette danse : souplesse coordination

Gym feeling « corps et énergie vitale en harmonie »

ESGF2

• Acquérir des outils d'accompagnement pour aider les personnes en sachant proposer des dispositifs adaptés.

- Harmonisation du geste par rapport à la respiration
- Définir les principaux points de mesure de sécurité à respecter, lors de la pratique
- Travail de protection personnelle pour une conduite sécurisée des ateliers

CORRESPONDANCE

Nathalie CARLIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430

GRUISSAN 06.83.20.31.33

secretariatdansefeeling@gmail.com

www.danse-feeling-laliebena.com

3ième degrés :La danse thérapie méthode *Lalie Bena*

Outils: *G4,5,6* et *ESGF3à5*

- porter le travail du corps et du geste sur le terrain de la clinique
- étayage du psychique au corporel
- structuration identitaire dans une structuration corporelle ,médiation corporelle visant une mobilisation psychique
- symbolisation émotionnel,relationnel et expressif
- méthodes actives avec des gammes corporelles de santé identification de technique d'animation à mettre en place pour les adapter à la pathologie .
- mise en situation
- exercices pratiques
- études de cas

Conscience corporelle

-Acquérir une bonne connaissance et conscience corporelle par l'abord de techniques spécifiques d'intégration sensorimotrice et d'expressivité,en lien avec des données anatomo-pathologistes.

- Identification des limites corporelles propres à chacun

Lecture psycho-corporelle

- détermination de l'intention par le mouvement dansé
- apprentissage de la lecture corporelle
- donner les moyens d'une lecture psycho-corporelle

L'approche psycho-corporelle

- Intégrer l'approche psycho-corporelle dans un travail expressif
- Libération du corps dans l'espace

Outils d'accompagnement spécifique

antalgie naturelle /sport santé/sport sur ordonnance

Acquérir des outils d'accompagnement pour aider les patients en sachant proposer des dispositifs adaptés pour soulager des douleurs corporelles et faire diminuer la prise de médicament

- travail d'auto-guérison
- compréhension des douleurs et prise d'autonomie

SIEGE SOCIAL

CORRESPONDANCE

Nathalie CAR SIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

nathalie.carsin@sfr.fr

www.danse-feeling-laliebena.com

-
Danse- Thérapie et psychopathologie

-utiliser la méthode dans le cadre de la psychopathologie ,avec les mouvements exutoires d'émotions enfouies,protection personnelle pour une conduite sécurisée .

4ième degrés : la formation d'intervenant

Outils:G7,8 ESGF5à8

-création d'une gamme personnalisé ,la structurer , la comprendre .

la répertorier dans ses propres outils de manière et retrouver l'essence de son ressenti initial de l'intérêt pour la méthode.

-apprendre à créer ses propres outils utilisant la logique de la méthode.

- les outils de dés-automatisation pour restituer le potentiel de créativité avec la nouvelle structure corporelle liée à la transmission de la méthode reçue et pratiquée régulièrement pendant 4 ans .

-synthèse des effets obtenus sur le corps et le comportement afin de reconnaître les outils à utiliser dans le cadre de la formation de futurs intervenants .

- maîtrise de toutes les gammes corporelles de santé G1à8 et de tous les exercices de ESGF 1 à 8 .

-Évaluer les compétences acquises et savoir créer un plan de formation personnalisé.

-animer des stages et transmettre ses connaissances .

-maîtriser les objectifs et es applications pédagogiques des outils de la méthode.

-construire un projet pédagogique innovant utilisant la méthode .

-travail en équipe et réunion avec les partenaires médicaux sociaux.

-immersion dans les secteurs sport,santé, enseignement et culture .

-stage avec les associations et les entreprises partenaires du CFI .

-Autonomie .

SIEGE SOCIAL

CORRESPONDANCE

Nathalie CARSIN

46 rue du prao l'hacienda - 11430 GRUISSAN

06.83.20.31.33

secretariatdansefeeling@gmail.com

www.danse-feeling-laliebena.com

OF 76110175011