

Formation Continue en Psychomotricité

**CARIGNAN DE BORDEAUX | 2026**

**Cuirasses Corporelles,  
Psychomotricité & Relaxation**



**ÉCOLE DE RELAXATION**  
**BEATRICE CHENEL FORMATIONS**

4 rue Lamarque • 33360 CARIGNAN DE BORDEAUX

T. +33 6 68 12 10 00

M. [beatrice.chenel@orange.fr](mailto:beatrice.chenel@orange.fr)

[www.beatricechenel-caminando.fr](http://www.beatricechenel-caminando.fr)



[www.beatricechenel-caminando.fr](http://www.beatricechenel-caminando.fr)



## POUR APPRENDRE A :

- **pratiquer et faire pratiquer** des exercices pour **libérer les tensions corporelles** et améliorer le bien être global.
- **identifier les cuirasses corporelles,**
- **élaborer un projet thérapeutique et le mettre en œuvre,**

## POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Des formateurs psychomotriciens, consistants et expérimentés qui proposent des formations dédiées aux professionnels paramédicaux **reconnues pour leur qualité depuis 2008.**

Notre approche « engageante », repose sur un apprentissage par l'expérimentation : nous croyons que l'on transmet mieux ce que l'on a ressenti et intégré.

### FORMAT :

**100 heures** (dont 50% de pratique corporelle) réparties sur **4 week-ends de 3 jours.**

## QU'EST-CE QU'UNE CUIRASSE CORPORELLE ?

Les cuirasses corporelles sont des **barrières physiques, psychiques, émotionnelles** qui bloquent l'énergie vitale. Elles ont été définies par Wilhelm Reich et Marie-Lise Labonté.

Présentes dans les muscles, les tendons, et les fascias, elles influencent également nos pensées et nos croyances sur notre corps, sur nous-mêmes et le monde.

## POURQUOI SE FORMER AUX CUIRASSES CORPORELLES EN TANT QUE PSYCHOMOTRICIEN(NE) & PARAMEDICAL ?

Cette formation propose **une nouvelle perspective, complémentaire au bilan initial,** pour enrichir votre pratique :

- **Lecture du corps** : Analyser la posture, la respiration, les courbes du dos, et le regard des patients.
- **Croisement avec l'anamnèse** : Relier les cuirasses observées aux récits des patients.
- **Dessin du corps** : Approfondir son analyse et son interprétation.
- **Symbolique et anatomie fonctionnelle** : Associer les ressentis corporels, les dessins et les symptômes à une compréhension des cuirasses.
- **Pratique corporelle** : Expérimenter des exercices spécifiques pour travailler sur l'axe, l'enveloppe, le schéma corporel, l'enracinement, la confiance en soi, et la régulation tonique et émotionnelle.
- **Nouvelles ouvertures professionnelles** : Intervenir auprès des adolescents, adultes, seniors, ou dans des contextes comme le psychotrauma, la gestion du stress, la dépression, le burn-out, et les groupes.
- **Développement personnel** : Nourrir votre propre conscience corporelle à travers le travail corporel, fil rouge de cette formation.



## TEMOIGNAGES & STATISTIQUES

**Nos formations sont plébiscitées : 100% de satisfaction à Bordeaux et à Biarritz.**

**Auprès des patients que je rencontre** (adultes, enfants), je trouve que les outils (balle dure, molle, bâton...) aident le patient à **faire des liens entre action et sensation**, entre mouvement et perception, entre corps et affects, et à **élaborer les représentations**.

*Joanna Devesa, psychomotricienne*

**La formation offre le temps** et l'accompagnement nécessaire pour assimiler les notions et les mettre en lien avec la clinique.

**Les outils sont simples**, peu coûteux, faciles à mettre en lien avec la pratique. Ici, on peut faire un exercice ou une longue séance, faire les mouvements avec le patient ou l'accompagner par la voix : **la pratique s'adapte bien aux besoins**.

*Shannon Miranville, psychomotricienne*

Cette formation a été **très enrichissante pour ma pratique**, et a été une vraie révolution dans mon approche thérapeutique. (...)

*Guillaume Chassard, psychomotricien*

La formation sur les cuirasses permet **une nouvelle lecture du corps** complémentaire à la psychomotricité. Elle aide à **percevoir** où sont installées les tensions reliées à des tensions psychiques qui appartiennent à notre mémoire corporelle singulière.

La pratique de ces mouvements aide à **dénouer** les tensions résiduelles et à **accueillir** l'émotion pour retrouver un équilibre corps esprit, un **alignement intérieur**. Elle permet de réunifier le corps, de structurer le schéma corporel et consolider l'image du corps.

*Emmanuelle Pineau psychomotricienne*



## FORMATEURS

**Béatrice Chenel** : Psychomotricienne DE et Relaxologue en libéral. Formée en soins Energétiques et à la MLC. A enseigné 10 ans relaxation et massages à l'Université de Bordeaux 2. Formatrice depuis plus de 30 ans pour personnels soignants. Co-fondatrice du parcours de formation à la relaxation Caminando en 2008.

**Sébastien de Boussac** : Psychomotricien DE, relaxologue. Exerce en libéral et en EHPAD. Formé à la Conscience Corporelle par Jacques Garros et Jean Masse. Enseignant dans les écoles de psychomotricité depuis 2005. Co-fondateur de l'Ecole de relaxation Caminando.

## RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

**Lieu de la formation** : Carignan de Bordeaux (33)

**Dates** : vendredis, samedis et dimanches de 9h00 à 17h00.

27, 28, 29 mars 2026 – 05, 06, 07 juil 2026 – 11, 12, 13 sept 2026 – 06, 07, 08 nov 2026

**Coût de la formation longue (12 jours)**: 3200€ (individuel) / 3500€ (formation permanente)

**Modalités de règlement** : nous contacter (Mensualisation possible etc.) - *Prise en Charge FIF-PL possible*

**Modalités pédagogiques** : chaque journée articulera de la pratique corporelle, des échanges et partages d'expérience, des apports et réflexions théoriques, des réflexions cliniques, de l'analyse de pratique selon les demandes des stagiaires.

**Matériel à prévoir** : tapis, couverture, coussin, diverses balles (nous contacter pour les détails de matériel et savoir où vous le procurer)

**Renseignements** (contenu et administratif) : Béatrice Chenel - 06 68 12 10 00

***Veillez prendre contact avec Béatrice Chenel pour toute inscription - 06 68 12 10 00 - [beatrice.chenel@orange.fr](mailto:beatrice.chenel@orange.fr)***

***Vous êtes intéressé mais le lieu ou le planning ne vous convient pas ?  
Nous pouvons également construire un projet de formation près de chez vous !***



## **Bulletin d'Inscription à la Formation** **Psychomotricité et Cuirasses de Bordeaux 2026**

À retourner à : Béatrice Chenel—4 rue Lamarque—33360 Carignan de Bordeaux

Nom et Prénom : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

En cochant cette case, **je m'inscris au cycle complet de 12 jours de formation** Relaxation, Psychomotricité et Cuirasses Corporelles.

Je valide mon inscription par le paiement d'arrhes de 200 €. Comme convenu avec Béatrice Chenel, je choisis le moyen de paiement suivant :

Chèque joint       Virement (RIB sur demande)

*Toute inscription m'engage. En cas de désistement moins de 30 jours avant le début de la formation, mes arrhes ne me seront pas remboursées.*

Formation accessible aux personnes en situation de handicap : nous vous invitons à nous contacter afin d'identifier les mesures d'adaptation possibles.

**Prise en Charge possible de 70% par le FIF-PL comme formation longue**  
**+ Crédit d'Impôt de 450€ environ (formation du chef d'entreprise)**

**Participants : psychomotriciens, orthophonistes, psychologues, kinésithérapeutes, ostéopathes, podologues, orthoptistes...**

