

# INSTITUT D'EUTONIE

Fédération d'Associations Régionales d'Eutonie



**Le courrier de la Fédération n° 14**

**Octobre 2015**



**Siège Social :**

**Jean-Michel Couteret**

**19 rue de la Lauchère - 25340 Clerval**

**tél : 09 63 60 02 28**

# Sommaire

|    |   |                |
|----|---|----------------|
| 1. |   | <b>Conta</b>   |
|    | <b>cts de l'Institut d'Eutonie - Bureau</b> | <b>p. 3</b>    |
| ☐  | <b>Compte rendu de l'Assemblée Générale</b> | <b>p. 5</b>    |
| ☐  | <b>La 14<sup>ème</sup> rencontre :</b>      |                |
|    | <b>~ Le programme</b>                       | <b>p. 8</b>    |
|    | <b>~ Les cours</b>                          | <b>p. 9</b>    |
|    | <b>~ Le bilan</b>                           | <b>p.13</b>    |
|    | <b>~ Les e-mails</b>                        | <b>p.16</b>    |
| ☐  | <b>programme des Associations</b>           | <b>Le p.17</b> |

## **Contacts de l'Institut d'Eutonie**

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>A.F.C.E :</b>                  | Jean-Michel COUTERET<br>19 rue de la Lauchère -25340 Clerval<br>tél : 09 63 60 02 28 / j-m.couteret@orange.fr        |
| <b>ARASHI :</b>                   | Emilio BELLETTO<br>Via Petitti 5 - 10126 Turin - Italie<br>tél : 00 39 /011 67 71 92 / arashi.eutonia@alice.it       |
| <b>C.M.E :</b>                    | Michelle RIMINATI<br>575 Avenue du Canton Vert -13190 Allauch<br>tél : 04 91 68 26 42 / michelle.riminati@wanadoo.fr |
| <b>Eutonie en Aquitaine :</b>     | Christine KIRMAN<br>21 rue d'Eysines - 33700 Mérignac<br>tél : 05 56 47 54 01 / chriseutonie@orange.fr               |
| <b>Eutonie en Ile de France :</b> | Nicole BARROT<br>32 rue du Javelot - 75013 Paris<br>tél : 01 45 82 81 87 / coline.barrot@orange.fr                   |

## **Bureau de l'I.E**

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Président :</b>      | Jean-Michel COUTERET<br>19 rue de la Lauchère -25340 Clerval<br>tél : 09 63 60 02 28 / j-m.couteret@orange.fr  |
| <b>Vice-Président :</b> | Emilio BELLETTO<br>Via Petitti 5 - 10126 Turin - Italie<br>tél : 00 39 /011 67 71 92 / arashi.eutonia@alice.it |
| <b>Trésorière :</b>     | Yvette DI RUSSO<br>30 rue Grande - 13 490 Jouques<br>tél : 09.66.89.13.91 / yvettedirusso-eutonie@yahoo.fr     |
| <b>Secrétaire :</b>     | Nicole BARROT<br>32 rue du Javelot - 75013 Paris   |

**Secrétaire adjointe :**

tél : 01 45 82 81 87 / [coline.barrot@orange.fr](mailto:coline.barrot@orange.fr)  
Elsa Mossetti – Italie  
[elsa.mossetti@gmail.com](mailto:elsa.mossetti@gmail.com)





# INSTITUT D'EUTONIE

## ☐ ASSEMBLEE GENERALE

Villedieu 25 août 2015

### Associations présentes ou représentées :

|                          |                               |
|--------------------------|-------------------------------|
| A.F.C.E.                 | : 2 voix                      |
| ARASHI                   | : 3 voix                      |
| C.M.E.                   | : 3 voix                      |
| Eutonie en Ile de France | : 3 voix                      |
| Eutonie en Aquitaine     | : ni présente, ni représentée |

### 1 – Rapport moral

La précédente Assemblée Générale a eu lieu le 26 août 2014 à Villedieu.

Suite au changement de Bureau lors de la dernière Assemblée Générale, il a été procédé officiellement au changement de siège social dans les statuts. Il est maintenant fixé au domicile du Président.

Différents échanges entre Eliane, Fabienne, Nicole et Jean-Michel, ont permis la réalisation du « Courrier de la Fédération ». Nicole a finalisé le fascicule et l'a adressé aux associations début décembre.

Dans le cours de l'année, suite aux débats houleux entre représentants des associations lors de la rencontre 2014, de nombreux courriers ont circulé, d'une part à propos du contenu des comptes rendus du Conseil d'Administration et de l'Assemblée générale, d'autre part relatifs aux demandes de modifications des modalités de l'examen.

A la suite de ces échanges et aux décisions prises par le Bureau, Eutonie en Sud-Ouest, Eutonie en Val de Loire et A.R.E. ont décidé de ne pas ré adhérer à l'Institut d'Eutonie, Eutonie en Aquitaine indiquant adresser sa cotisation pour la dernière année.

Raymond Murcia nous a quitté le 06 janvier dernier, un message de sympathie a été adressé à son épouse au nom de l'Institut d'Eutonie. Un hommage est rendu à Raymond sur le site de l'Institut d'Eutonie.

Dans le courant février, sept écrits du « Groupe de Villedieu » ont été ajoutés à la rubrique « Essais libres et consultables » du site.

Cette rubrique a commencé à être réorganisée, Elsa et René en sont les premiers maîtres d'œuvre.

Les productions du « Groupe de Villedieu » se sont poursuivies sur différents thèmes. René a notamment réalisé deux entretiens : l'un avec Marie-Claire Guinand, l'autre avec Benoît Istace et Christiane Istace-Melot.

**Vote** : le rapport moral est approuvé par 10 voix pour et 1 abstention

## 2- Rapport financier de l'exercice 2014

| <b>Recettes de l'exercice 2014</b> |                   |
|------------------------------------|-------------------|
| Adhésions                          | 1 475,00 €        |
| Hébergement                        | 3 793,60 €        |
| <b>Total</b>                       | <b>5 268,60 €</b> |

| <b>Dépenses de l'exercice 2014</b> |                   |
|------------------------------------|-------------------|
| Tenue de compte                    | 31,80 €           |
| Hébergement                        | 3 708,60 €        |
| Poste téléphone                    | 97,79 €           |
| Poste                              | 43,19 €           |
| Site internet                      | 159,00 €          |
| Frais de déplacement               | 820,60 €          |
| <b>Total</b>                       | <b>4 860,98 €</b> |

**Vote** : approuvé à l'unanimité

### Analyse concernant les recettes

| <b>Associations</b>      | <b>Année 2013</b>    | <b>Année 2014</b>    |
|--------------------------|----------------------|----------------------|
| AFCE                     | 7 adhérents          | 7 adhérents          |
| ARE                      | 9 adhérents          | 6 adhérents          |
| ARASHI                   | 14 adhérents         | 13 adhérents         |
| CME                      | 18 adhérents         | 13 adhérents         |
| Eutonie en Ile de France | 12 adhérents         | 12 adhérents         |
| Eutonie en Aquitaine     | 6 adhérents          | 7 adhérents          |
| Eutonie en Sud-Ouest     | 10 adhérents         | 14 adhérents         |
| Eutonie Val de Loire     | 36 adhérents         | 37 adhérents         |
| <b>Total</b>             | <b>112 adhérents</b> | <b>110 adhérents</b> |

**Total des cotisations : 1430 €**

### Analyse concernant les dépenses

|                      | <b>Année 2012</b> | <b>Année 2013</b> | <b>Année 2014</b> |
|----------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Frais de bureau      | 74,90 €           | 66,28 €           |                   |
| Publication          | 100,00 €          |                   |                   |
| Frais de déplacement | 713,00 €          | 856,32 €          | 820 €             |
| Poste téléphone      | 39,93 €           | 57,37 €           | 97,79 €+43,19 €   |
| Site internet        | 218,80 €          | 159,00 €          | 159 €             |
| Tenue de compte      | 14,48 €           | 17,30 €           | 32 €              |
| Divers               |                   |                   |                   |
| <b>Total</b>         | <b>1 161,11 €</b> | <b>1 156,27 €</b> | <b>1152,58 €</b>  |

### Analyse concernant le solde

Année 2012 : + 227,19 €  
Année 2012 : + 188,73 €  
Année 2013 : + 407,62 €

# PROGRAMME de la 14ème Rencontre des Associations - Villedieu 23-28 Août 2015

|       | <b>Dimanche 23</b> | <b>Lundi 24</b>  | <b>Mardi 25</b>                  | <b>Mercredi 26</b>   | <b>Jeudi 27</b>                  | <b>Vendredi 28</b>   |
|-------|--------------------|--|----------------------------------|--|----------------------------------|--|
| 9.15  |                    | <p>Cours donné par Emilio Belleto</p> <p>et échanges à propos du cours</p>                   | <p>Table ronde :<br/>Le site</p> | <p>Cours donné par Jean Michel Couteret</p> <p>et échanges à propos du cours</p> | <p>Table ronde :<br/>Le Site</p> | <p>Vie des associations</p> <p>Bilan de la rencontre et perspectives pour la prochaine rencontre</p> |
| 12.30 |                    | <p>Table ronde :<br/>Etat des lieux :<br/>- où en est l'I.E. ?<br/>- où en sommes-nous ?</p> |                                  |  |                                  |  |

le déjeuner

|                       |  |   |   |  |                       |   |
|-----------------------|--|---|---|--|-----------------------|---|
| 15.00                 | Accueil des participants                                       | <p>17.00</p> <p>Table ronde :<br/>Suite état des lieux et perspectives.</p> <p>Conseil d'Administration</p> | Cours donné par Michelle Riminati et échanges à propos du cours | Table ronde : La question de la Professionnalisation | Table ronde : Le site | Cours donné par Nicole Barrot Et échanges à propos du cours |
| <b>19.30 le diner</b> |  |   |   |  |                       |   |
| 21.00                 | Analyse et présentation du programme définitif de la rencontre |   |   |  |                       |   |

## **[?] Les cours**

### **[?] Emilio Belletto**

- [?] Unité personnelle à travers plusieurs expériences du corps, des sens (le regard, l'audition)
- [?] Arriver à une unité sensible avec soi-même et les autres
- [?] Relation l'un à l'autre à travers différentes expériences (le toucher, le contact, le transport)

#### Les consignes

Allongés au sol pour se donner le temps d'arriver et de se ressentir.

Debout, le regard dans la salle sur les objets, et après, dehors à travers les grandes fenêtres.

Le retour au sol, jambes fléchies, contact des pieds pour pousser, à partir des talons en direction des orteils, vers le mur en face avec un crescendo et un decrescendo. Les deux ensembles, puis l'un après l'autre.

Observation à partir des ischions à travers le sacrum, les os du dos jusqu'à la tête.

À travers un étirement arriver debout pour répéter l'expérience du regard dedans et dehors.

Au sol avec les jambes fléchies et les bras le long du corps, même consigne que précédemment pour les pieds puis tirer les bras à partir des bouts des doigts dans la même direction, puis ensemble avec les pieds vers le mur en face. Pieds et bras ensembles, ou un côté puis l'autre.

Debout, promenade à la rencontre des autres avec différentes situations de toucher, de contact, de pousser avec les mains.

Avec cette situation de rencontre sensible, le cours est terminé.

#### Retours pendant la verbalisation

Dans la première situation de regard debout, plusieurs personnes avaient le regard vers le bas, la tête un petit peu penchée en avant. Dans la deuxième promenade ils se sont aperçus qu'ils avaient le regard vers l'horizon, la tête plus en arrière et la nuque et le cou « détendus » jusqu'aux épaules.

Dans les expériences au sol plusieurs sensations de transport vers la tête et curiosité quand il y avait le poussé d'un pied et le glissement de la main du même côté.

Appréciation des petits mouvements de la cage thoracique avec le crescendo et le decrescendo pendant la poussée et le relâcher des pieds et/ou des mains.

Par rapport au regard, la différence entre regarder volontairement et, au contraire, laisser entrer les images. La position de la tête change.



## Michelle Riminati :

### « les mains parlent à nous-mêmes et aux autres »

Il arrive très souvent dans les séances hebdomadaires que j'anime à Marseille, que je reprenne quelques propositions réalisées dans les séances précédentes. Celles-ci sont alors complétées ou transformées. C'est pourquoi, je me référerai à certaines propositions de la séance d'Emilio qui a précédé la mienne.

- 1) Les participants sont invités à se munir de deux objets de forme et qualité différentes et à se retrouver sur le sol allongés dans leur attitude préférée.
- 2) Laisser son corps se déposer sur le sol. Être attentif à la qualité du sol au niveau de chaque région du corps en appui.
- 3) Observer la mouvance de votre rythme respiratoire. (suite séance d'Emilio) Est-ce que la durée du mouvement provoquée par l'inspiration est la même que celle provoquée par l'expiration ? .... Amplifiez le mouvement et en augmenter la durée. Puis petit à petit diminuer ces 2 facteurs (amplitude et durée) pour arriver à une situation d'apnée que vous maintenez pendant 3 à 4 secondes. Laissez l'action respiratoire reprendre spontanément. (*En fait pendant la discussion, nous avons convenu que 3 ou 4 secondes ne sont pas suffisantes, 7 à 10'' semblent plus appropriées pour vraiment sentir l'appel d'air spontané*). Cette proposition se termine après une attention globale du corps en relation avec le sol et/ou par des étirements.
- 4) Placer vos mains sur chacun des objets différents (la position allongée sur le dos est recommandée, mais c'est aussi possible à plat ventre). Sentir la surface de chacun des doigts et de la main en relation avec l'objet. Ressentir les différences de texture des objets. Reprendre la perception des objets à partir de la sensation de la surface opposée des doigts et de la main vers la surface en relation avec l'objet. Puis successivement à partir du poignet, du coude, de l'épaule vers l'objet. Ressentir ce trajet dans sa globalité et découvrir les effets de ce travail sur la totalité du corps.
- 5) Reprendre la proposition d'Emilio : à partir des plantes des pieds (jambes fléchies, pieds sur le sol) intention de glisser les os des pieds en direction du mur en face. Observer les réponses vers la tête et les mains. Abandonner les objets et s'orienter vers un étirement global.
- 6) Les 2 mains sur 2 parties de son propre corps. Attention portée depuis les épaules vers les mains et le corps. Ce qui émerge de son corps dans les mains. Soulever les mains à quelques mm de son corps en maintenant l'attention des mains vers le corps et reposer les mains. Observations sensibles de cette action et de leurs effets sur l'ensemble de son corps. Les mains posées sur le corps : penser vers la profondeur du corps comme une petite incursion ou une intrusion. (*J'ai prononcé ce mot et il m'a dérangé, c'est pourquoi dans la discussion, j'ai demandé de m'aider à trouver une autre formulation : exploration, direction, visite m'ont été proposées*). En maintenant la situation de soulever les mains à quelques mm du corps, visiter son corps en surface (comme si les mains jouaient le rôle d'un scanner). Terminer la séquence par un grand étirement ou une mobilité fluide amenant les élèves en position assise.
- 7) Situation à 2 : 1 personne allongée au sol demande à sa/son partenaire assis sur le sol à proximité d'elle-même, de poser une ou 2 mains sur les parties qu'elle désigne de son corps. Attention portée à la position assise pour un bien être confortable : relation au sol, conscience des positions d'un ou les deux bras, recueil des sensations en provenance du corps de sa partenaire dans ses mains etc... Mêmes situations que celles précédemment proposées dans la séquence 6 : mains posées puis

soulevées, penser vers la profondeur et retour à la surface, scanner etc... La personne allongée est orientée vers ce qu'elle ressent de cette présence ou non présence des mains et des effets produits. Le changement de rôle sera effectué sans précipitation. Une discussion entre les 2 partenaires a été prévue à la fin de la séance sur leur ressentis, leurs découvertes.



## Jean-Michel Couteret :

### « quelques propositions de travail autour de la respiration »

Allongé sur le dos ou autre position sur le sol :

- Observation des qualités du passage du flux d'air par les narines, la région pharyngée.
- Observation des légères déformations du corps liées aux temps respiratoires, à l'intérieur des vêtements.
- Souffler, les lèvres légèrement pincées, jusqu'au bout du souffle, observer tout ce qui se passe dans le corps dans cette recherche.
- Creuser /gonfler la région abdominale.
- Sacs de marrons et bâton tenu par les mains sur la région abdominale : exercer des pressions – maintenir – le ventre repousse les marrons (travail contre résistance), varier l'intensité des pressions, la localisation des marrons.
- Mains posées sur la région abdominale : être dans une respiration abdominale localisée, sans sollicitation thoracique.
- Mains autour de la zone thoracique basse, explorer l'élasticité par pressions – relâchement.
- Placer, diriger intentionnellement les temps respiratoires dans cette zone, sans augmenter le volume respiratoire.

A est assis sur une chaise, B debout à côté pose une main à l'arrière de l'épaule, l'autre main sur la région de la clavicule de A.

A place ses temps respiratoires dans l'espace perçu entre les mains de B (respiration thoracique haute).

Peut se réaliser avec un partenaire supplémentaire : deux qui posent leurs mains autour de chacune des épaules de A.

Allongé sur le dos :

- Placer ses temps respiratoires aux trois étages : abdominal, thoracique bas, thoracique haut.
- Chercher inspir /expir par dosage à chacun des étages (grande respiration complète).
- Inspiration maximale, blocage, chercher inspir +, blocage et inspir ++ et tout relâcher.
- Mains posées sur la région abdominale : orienter, placer ses temps respiratoires en direction du périnée – en direction de la région haute abdominale – à droite – puis à gauche de cette région (localisation sélective des micro contractions abdominales, travail localisé et en légèreté en direction des viscères abdominaux).

Allongé sur un côté ou à plat ventre : orienter, diriger inspir/expir en direction de la région lombaire, ce qui propose une mobilisation tranquille de la région lombaire.

Allongé sur le dos ou le côté, revenir vers une respiration abdominale, observer, explorer les temps de suspension de fin d'inspiration, juste avant le souffle et de fin d'expiration juste avant de reprendre de l'air.

**Remarques :** ce type de travail a pu apporter selon les dires de certaines personnes un soulagement de douleurs lombaires et sacrées, une remise en ordre d'organes du petit bassin, une détente certaine.

A chacun d'explorer et de développer ce travail selon les besoins en laissant la place à la découverte et à la surprise

## **Nicole Barrot : « jouer avec la voix »**

-Ce compte rendu parlera surtout aux participants

-Observation et conscience du diaphragme en forme de parapluie ouvert en relation avec schéma et les planches du livre d'anatomie puis affiner la sensation en étant allongé sur le dos sur le sol

- Diriger l'attention vers le jeu de déploiement et relâchement des poumons dans toutes les directions y compris la base en direction des pieds et occupant toute la surface du diaphragme tel un « trampoline »

puis transposer ces perceptions dans la station debout

-Lecture en groupe d'un texte court extrait de « La première gorgée de bière » de Philippe Delerm, choisi pour la musicalité de l'écriture et ce que permet la ponctuation

Puis chacun choisit une phrase :

- la dire en l'accompagnant du mouvement de couché à debout

-la donner à une autre personne avec le jeu du regard

-échange de phrase dans un mouvement à 2 ou à 3

-Création de phrase à partir de 3 mots et y associer un mouvement  
Le sens est d'éprouver comment il est possible de parler sans altérer la respiration pendant le mouvement

## **Le Bilan**

Nous sommes arrivés cette année à Villedieu avec beaucoup d'interrogations, d'incertitudes, de doutes sur l'avenir après les difficultés vécues lors de la rencontre 2014, après également les décisions prises et les choix opérés par les uns et les autres au cours des mois précédents.

Après un cataclysme, ceux qui restent se serrent les coudes dans une solidarité qui donne de l'énergie, se centrent sur les priorités et les projets en fonction des moyens existants.

De même, de notre groupe a émergé la volonté de maintenir l'Institut d'Eutonie vivant. Les tables rondes ont permis de travailler en bonne entente, ensemble, sur des sujets précis. Des personnes se sont proposées pour coordonner les informations. Ainsi, deux axes ont été dégagés : un travail sur le site d'une part, sur la professionnalisation d'autre part.

Nous avons visité, visionné le site dans son intégralité, il a besoin d'être remanié sérieusement. Des propositions sont prêtes à être mises en œuvre dans les semaines qui viennent en vue de sa réorganisation.

Le dossier « Professionnalisation » avait commencé à être étudié en août 2012. Il était au point mort, il s'agit de le reprendre et de le faire avancer.

Les participants à la rencontre souhaitent une meilleure communication entre associations, entre les responsables des commissions et le Bureau. Une communication fluide et régulière est une condition d'une certaine qualité de travail et de relations confiantes entre les interlocuteurs. C'est ce à quoi nous devons nous atteler, afin justement de maintenir vivant l'Institut d'Eutonie.

Jean-Michel Couteret

**📅 Prochaine rencontre : du 19 au 23 août 2016**

## L' A.F.C.E. en 2014/2015 - Jean-Michel Couteret

Il y avait en 2014 7 adhérents, nous arrivons, en juillet 2015 à 21 adhérents.  
Parmi les adhérents : trois Professeurs d'Eutonie : Marie-Claire Guinand, René Bertrand et moi-même.

Dans le cours de l'année, deux stages de quatre jours et demi, deux week-ends, trois samedis ont eu lieu.

Des cours hebdomadaires existent sur deux lieux distants de 50km : Belfort (42 cours entre début septembre 2014 et début août 2015) et Clerval (36 cours sur la même période). C'est à l'occasion de ces cours que j'ai pu rencontrer à deux reprises une eutoniste belge. Un contact qui peut être intéressant dans le cadre de développement de relations avec des associations étrangères.

Etant auto-entrepreneur, artisan/Eutoniste, je donne des cours :

- aux personnels, étudiants, doctorants de l'Université à Besançon
- aux personnels de l'Université de Belfort/Montbéliard
- à tout public de l'Université Populaire à Belfort, avec ouverture vers enfants, personnes âgées. Y viennent notamment des psychomotriciens.
- à tout public de l'Université Ouverte à Besançon
- à la Maison de Santé Jenny à Héricourt.

Par ailleurs, j'interviens à domicile (tétraplégique, cancer, maladie de Parkinson, besoin de massages...).

Je suis intervenu également en milieu hospitalier en S.S.R. ( Soins de Suite et Réadaptation). J'ai bien sûr introduit l'Eutonie dans mon travail dans ce service pour « remettre des gens sur pied ».

C'est par le biais de toutes ces interventions dans des milieux différents que nous avons pu créer des liens, des réseaux, des contacts qui ont amené des personnes aux stages d'une journée ou davantage. Et ces personnes, pour la plupart, ont adhéré à l'A.F.C.E..

Nous avons obtenu un N° d'agrément pour la formation professionnelle continue, ce qui permet de conclure des conventions avec des entreprises où travaillent les personnes qui demandent à participer aux stages.

Je suis intervenu également et en présentant l'A.F.C.E. lors d'une rencontre des S.E.L. (Systèmes d'Echanges Locaux) où j'ai pu offrir deux cours d'Eutonie à une douzaine de participants.

L'A.F.C.E. est engagée également dans le projet « Alternatiba Nord Franche Comté » deux cours sont proposés sur une journée dans ce cadre.

Par ce qui est maintenant mon travail, j'ai pu consacrer du temps et de l'investissement dans le développement de l'Eutonie dans la région ce qui a contribué à développer l'A.F.C.E. et à justement diffuser l'Eutonie.

# **COLLÈGE MÉDITERRANÉEN D'EUTONIE**

Association loi de 1901 – Créé en 1997

## **Fonctionnement et activités en 2014/2015**

Le bureau : Présidente : Michelle RIMINATI  
Secrétaire : Eliane DEWILDE  
Secrétaire adjointe chargée des cahiers : Carole ISBERIE  
Trésorière : Yvette DI RUSSO

Nombre d'adhérents : 16 dont 8 professeurs d'eutonie.  
5 professeurs animent des séances hebdomadaires, dans la région PACA et Dauphiné.  
D'autres professeurs ont arrêté leurs activités pour des raisons de santé. (Jackie Meunier et Marie Claude Ratié)

### Activités :

\* Travail sur le site du CME : 3 réunions pour rédiger un texte sur la séance ou le cours d'eutonie.  
\* 3 samedis après-midi d'eutonie sur Marseille. Chaque samedi animé par un professeur d'eutonie et permettant à une personne en formation de travailler sur le plan pédagogique.  
3 WE sur Aix en Provence animés par différents professeurs d'eutonie venant de différentes régions de France.

Lieux d'activités : Salle municipale à Marseille et Lycée Militaire à Aix en Provence.

Adhésion : à l'I.E, aux associations du pays d'AIX, à Mygaloo, site de références pour les associations locales

Formation : Il existe un programme de formation : il est destiné uniquement aux personnes pouvant suivre des cours hebdomadaires avec l'un des professeurs d'eutonie.  
Pour les stages de longue durée, la personne en formation est conseillée d'aller les suivre auprès des professeurs d'eutonie adhérents à l'I.E

Participation et échanges avec différents eutonistes : Groupe de Villedieu, Dominique Duliège (Lyon) Gabriela Bal (Brésil) Nicole Roques (AFEGA)



## Les e-mails

|             |                      |                                   |
|-------------|----------------------|-----------------------------------|
| <b>AFCE</b> | Jean Michel Couteret | j-m.couteret@orange.fr            |
|             | Marie Claire Guinand | marie-claire.guinand@bluewin.ch   |
|             | René Bertrand        | rene.bertrand-vieilley@wanadoo.fr |

|               |                 |                              |
|---------------|-----------------|------------------------------|
| <b>ARASHI</b> | Emilio Belletto | arashi.eutonia@fastwebnet.it |
|               | Elsa Mossetti   | elsa.mossetti@gmail.com      |
|               | Paola Brino     | paolabrino@libero.it         |

|            |                   |                                |
|------------|-------------------|--------------------------------|
| <b>CME</b> | Michelle Riminati | michelle.riminati@wanadoo.fr   |
|            | Yvette Di Russo   | yvettedirusso-eutonie@yahoo.fr |
|            | Eliane Dewilde    | eliane-dewilde@wanadoo.fr      |
|            | Carole Isbérie    | carole.isberie70@uniagro.fr    |
|            | Michel Marchaudon | mic.marchaudon@orange.fr       |
|            | Suzon Pelletier   | s.a.pelletier@free.fr          |
|            | Jackie Meunier    | jacqueline.meunier@dbmail.com  |
|            | Claire Roosen     | claire_roosen@hotmail.com      |

|                                 |                 |                         |
|---------------------------------|-----------------|-------------------------|
| <b>Eutonie en Ile de France</b> | Nicole Barrot   | coline.barrot@orange.fr |
|                                 | Claudie Carayon | c.carayon@orange.fr     |

|                             |                  |                        |
|-----------------------------|------------------|------------------------|
| <b>Eutonie en Aquitaine</b> | Christine Kirman | chriseutonie@orange.fr |
|-----------------------------|------------------|------------------------|

## **? [Le programme des Associations](#)**

### **Association ARASHI DOJO - Italie**

#### **Professeur et Renseignement**

Emilio Belletto

Piazza Arturo Graf 132 – 10126 TURIN

[arashi.eutonia@alice.it](mailto:arashi.eutonia@alice.it)

#### **Ateliers hebdomadaires**

##### **Mercredi de 20h à 21h30**

dont 1/2 heure de colloque sur la pratique de l'eutonie

à Arashi Dojo 6 - Piazza Arturo Graf 132 - 10126 Torino

#### **Week-ends**

Samedis de 15h à 19h

Arashi Dojo -Piazza Arturo Graf 132- Torino

28 / 11 / 2015

23 / 01 / 2016

19 / 03 / 2016

21. / 05 / 2016

#### **Cours individuels**

au Cabinet de kinésithérapie de Emilio Belletto

Via Petitti 5 - 10126 Torino - Italie

Tél : 00 /39 / 011 / 67 71 92

# ASSOCIATION FRANC-COMTOISE POUR L'EUTONIE (A.F.C.E)

**Renseignements** : Jean-Michel Couteret \_\_\_\_\_

19 rue de la Lauchère - 25 340 CLERVAL

tél : 09 63 60 02 28 ou 06 67 65 26 30

j-m.couteret@orange.fr

**Intervenant** : Jean-Michel Couteret

## **Week-ends**

**Dates** : samedi 21 novembre et dimanche 22 novembre 2015  
samedi 2 avril et dimanche 3 avril 2016

**Horaires** : du samedi 15h au dimanche 17h

**Lieu** : La maison d'accueil des Sœurs de la Retraite Chrétienne  
25 210 - Les Fontenelles

## **Deux stages en 2016**

**Dates** : du samedi 13 février (10h) au mercredi 17 février (17h)  
du samedi 9 juillet (10h) au mercredi 13 juillet (17h)

**Lieu** : La maison d'accueil des Sœurs de la Retraite Chrétienne  
25 210 - Les Fontenelles

### **Frais d'hébergement**

Week-end : 80 € environ

Stage : 180 € environ

### **Frais pédagogiques**

Week-end : adhérents 90 € ; non adhérents 100 €

Stage : adhérents 200 € ; non adhérents 220 €

**Arrhes** : 40 € à l'inscription

**Cotisation à l'AFCE** : 25 €

## **Les samedis de l'eutonie**

**Dates** : en 2015 : 10 octobre – 12 décembre  
en 2016 : 16 janvier – 19 mars – 4 juin

**Lieu** : Clerval

**Frais pédagogiques** : adhérents 50 € ; non adhérents 60 €

## **Cours hebdomadaires**

**A Clerval** : le mardi de 18h45 à 20h15

**A Belfort** : le jeudi de 16h à 17h30 dans les locaux de l'association Namasté  
25 rue du Tramway

**Coût** : 50 € pour quatre cours

# Collège Méditerranéen d'Eutonie (C.M.E)

## Cours hebdomadaires

### **Eliane Dewilde**

tél : 04.91.72.34.47 à **Marseille**

Jeudi 10h15 à 11h30 - Centre socio-culturel du Roy d'Espagne - 8<sup>ème</sup>

### **Yvette Di Russo**

tél : 09.66.89.13.91 à **Jouques**

Lundi 15h à 16h30 : salle socio-culturelle à Jouques

Mardi 10h à 11h30 : salle Maison Soleil à Aix en Provence

### **Michel Marchaudon**

tél : 04.94.80.80.71 à **Camps La Source** (à côté de Brignoles)

Mardi de 18h à 19h30

### **Michelle Riminati**

tél : 04.91.68.26.42 ou 06.11.28.14.38 à **Marseille**

Lundi 17h à 18h30 - Centre d'animation du Rouet - 8<sup>ème</sup>

Mardi 10h30 à 11h45 - Centre d'animation de la Rosière - 12<sup>ème</sup>

### **Claire Roosen**

tél : 06.07.71.45.57

Lundi à 14h45 – La Tronche

Mardi à 9h30 – Grenoble

Vendredi à 10h30 – La Tronche

Vendredi à 17h – Fontaine

## Week-ends

**Horaires :** Le samedi 14h30 – 18h30

Le dimanche 9h30 – 12h30 et 14h – 17h

**Lieu :** Lycée militaire – 13 Boulevard des Poilus – 13100 Aix-en-Provence

**Renseignements et inscriptions :** Yvette Di Russo – tél : 09 66 89 13 91

**Thème commun :** Le Contact en eutonie :

*Dans son travail, Gerda Alexander fait une différence entre toucher et contact.*

*Par le toucher nous faisons l'expérience de la délimitation de notre organisme, nous vivons notre propre forme extérieure.*

*Par le contact, nous dépassons consciemment la limite visible de notre corps ; nous incluons dans notre conscience l'espace environnant.*

**Date :** 7/8 novembre 2015

**Intervenantes :** Jean Michel Couteret (région Franche Comté)

**Thème :** Contact ? Vous avez dit contact ? Comment aborder cette notion selon la définition de Gerda Alexander ? Quelles formes de contact ? Pour quoi faire ?

**Date :** 12/13 mars 2016

**Intervenant :** Claire Roosen (région Rhône-Alpes)

**Thème :** Chercher à, percevoir, à diriger l'attention pour rendre conscient le contact entre soi-même et l'extérieur. Contact avec l'environnement. Contact avec ou sans objet

**Date :** 30 avril et 1<sup>er</sup> mai 2016

**Intervenants :** Michelle Riminati et Michel Marchaudon

**Thème :** Rendre conscient le contact est une chose. L'établir en est une autre.

Il faut que le contact s'installe au-delà du toucher et se manifeste consciemment.

## Les samedis à thème

**Renseignements et inscriptions :** Yvette Di Russo – tél : 09 66 89 13 91

**Lieu :** Centre d'animation du Rouet – rue Bénédicti (2<sup>ème</sup> étage) – 13008 Marseille

**Date :** 28 novembre 2015

**Professeur :** Yvette Di Russo

Intervention des stagiaires en formation

**Thème :** La pratique du contact aide à modifier notre état. Le contact participe à l'équilibre musculaire et végétatif tout en précisant la structure osseuse et le jeu des articulations.

**Date :** 16 janvier 2016

**Professeur :** Eliane Dewilde

Intervention des stagiaires en formation

**Thème** : Nous vivrons le toucher puis le contact sur notre propre corps, et/ou avec des objets, dans l'immobilité puis en mouvement, seul et avec d'autres participants.

**Date** : 27 février 2016

**Professeur** : Michel Marchaudon

**Thème** : Etablir le contact favorise la mise en place du micro- mouvement, libérateur de tensions.

**Site internet** : <http://eutonie-cme.fr>

## **EUTONIE en ILE de France (E.I.F)**

**Renseignements** : Nicole Barrot  
tél : 01.45.82.81.87  
coline.barrot@orange.fr

**Professeur** : Nicole Barrot

### **Cours collectifs à Paris** :

mardi de 17h45 à 19h00  
mardi de 19h15 à 20h45  
jeudi de 10h15 à 11h30

**Cours individuels** : sur rendez-vous

### **Stages de week-ends** :

**Dates** : samedis 10 octobre 2015  
16 janvier 2016  
21 mai 2016

week-ends 28 et 29 novembre 2015

19 et 20 mars 2016

**Horaires :** le samedi de 15h à 19h  
le dimanche de 10h à 17h

**Stage d'été** : du 22 au 27 août 2016  
La Magnanarié - Villedieu

## **EUTONIE en AQUITAINE**

**Renseignements** : Christine Kirman

**Intervenante** 21 rue d'Eysines - 33 700 Mérignac  
05 56 47 54 01  
chriseutonie@orange.fr

**Cours hebdomadaires** :

**Jeudi : 18h15 à 20h**

59 rue Alfred Smith - 33700 Mérignac

**Vendredi : 9h à 10h** : le mouvement en eutonie

**10h15 à 11h45** : conscience et présence corporelle

Centre Loisirs des Deux Villes - Rue Erik Satie-33200 Bordeaux Caudéran

**Week-ends** : 59 rue Alfred Smith – 33700 Mérignac

Samedi 9h30 à 11h30 et 15h à 18h30

Dimanche 9h30 à 12h\_\_\_\_\_

**Découverte :** 19 et 26 septembre 2015

**Approfondissement :** 10 et 11 octobre 2015\_\_

5 et 6 décembre 2015

30 et 31 janvier 2016

5 et 6 mars 2016

11 et 12 juin 2016

**Cours individuels :** sur rendez-vous