



Les ateliers pour la  
**PETITE ENFANCE**



[www.caminarts.jimdo.com](http://www.caminarts.jimdo.com)

## PRESENTATION

**L'Association Camin'Arts** a pour but la transmission du Body-Mind Centering® et l'art du mouvement afin de cheminer vers une ouverture à soi-même et au monde. Toutes les activités proposées par l'association proposent de re-créer du lien avec le vivant. Du vivant qui se tisse entre l'individu et le groupe afin que chacun trouve sa place, son expression et sa voix (voie).

### Education somatique

Le BMC appartient au champ de l'éducation somatique, qui regroupe des méthodes ayant en commun de travailler avec le corps vécu et vivant pour le rendre plus sensible, plus conscient. L'individu est abordé dans sa globalité, en tenant compte de l'interaction entre ses dimensions physique, perceptuelle, émotionnelle et relationnelle.

**Le Body-Mind Centering®** nous invite à nous remettre à bouger,    créer, à exprimer.

Le Body-Mind Centering® nous donne des outils pour explorer la danse de la vie qui s'   est inscrite dans notre corps par strates de mouvement. La spécificité du Body-Mind Centering® est d'explorer l'embryologie, l'ontogénétique, en vivant les étapes de développement sensori-moteur sur soi et par l'observation des bébés (les Schèmes Neurologiques Fondamentaux, les Réflexes). Cette approche originale qui aborde aussi l'étude de l'anatomie et la physiologie par le mouvement, le toucher et la voix, permet de ressentir différentes qualités de présence et d'expressions. De nouveaux chemins de mouvement se créent permettant de se réapproprier ses os, ses muscles, son corps dans toutes ses dimensions.

### Intervenante Tamara Milla-Vigo

Formée à la danse contemporaine de 1990 à 1997, elle poursuivra parallèlement un cursus universitaire à Paris 8 sous la direction d'Hubert Godard où elle se formera à l'histoire de la danse, l'analyse du mouvement et à la critique en danse de 1997 à 2001. En 2000 elle rencontre le BMC® et l'aspect holistique de cette méthode considérant l'humain du point de vue de son potentiel de mouvement, lui donne accès à plus de res-senti dans sa danse et dans sa vie. Elle se forme au BMC® de 2006 à 2013, menant une recherche en mou-vement au croisement de la danse, l'éducation et la thérapie. Elle créera deux spectacles pour la Petite En-fance et collaborera régulièrement avec les compagnies Mabel Octobre (théâtre) et Ula Sickle (danse). D'abord Educatrice Somatique par le Mouvement en 2008, puis praticienne de BMC en 2010, puis certifiée par la Formation en Développement Moteur du Nourrisson en 2013, son travail se développe autour de la notion d'accompagnement. Tisserande, elle mettra la création des liens au cœur de son ouvrage et ensei-gnera dans différents contextes faisant découvrir cette approche dans la Petite Enfance et aussi en entre-prise. De 2012 à 2016, elle intègre à mi-temps une crèche parentale puis une halte-garderie de la croix-Rouge Française, partageant ainsi des outils d'écoute et d'observation bienveillante pour se mettre au dia-pason des nourrissons. Parallèlement, elle reçoit dans le cadre de séances individuelles, des personnes dans un travail de prise de conscience corporelle et de lâcher prise. Sa pratique évolue depuis sa formation en RMTi® en 2016 développant un travail sur l'intégration des réflexes archaïques.

### Le programme d'ateliers

Tous les ateliers proposés dans cette brochure sont réalisés sur mesure avec les équipes des structures. N'hésitez pas à demander votre devis.



## CYCLE DE SÉANCES D'ÉVEIL SENSORI-MOTEUR

**Une invitation à découvrir les fondamentaux de la danse: le poids, l'espace et le temps.**

« La première année de la vie est cruciale dans le développement sensori-moteur de l'enfant, c'est l'année où s'établit la relation entre le processus perceptif et le processus moteur. Si on considère la série de développements moteurs qu'ils effectuent de la naissance à la marche, on y distingue quatre schèmes de base: du mouvement spinal à l'homologue, puis au mouvement homolatéral et au controlatéral. » (in Sentir, Ressentir et Agir de Bonnie Bainbridge Cohen, fondatrice du BMC).

Ces ateliers soutiennent l'enfant dans le développement de son autonomie, son aisance corporelle et de la confiance en soi. Ils seront guidés dans la traversée de ces stades en travaillant sur l'intégration de leur réflexes archaïques pour élargir leur gamme de possibilité de mouvement et encourager leur adaptabilité à un environnement toujours changeant.

Pour les professionnels, ces ateliers sont un espace pour comprendre le groupe différemment. Les professionnels seront invités à expérimenter eux aussi une liberté de mouvement et observer les enfants depuis l'expérience du mouvement vécu.

### A travers des matières

visuelles, tactiles et auditives,

### les enfants seront guidés dans le monde

de l'eau, de la terre, du feu et de l'air.

### Explorer de manière ludique leurs sens

le toucher, le goût, l'odorat, l'ouïe et la vue.

### Petit explorateur en herbe, ils découvriront

le mouvement fluide, dense, aérien ...

### Grands improvisateurs:

rouler, pousser, tirer, glisser, ramper, sauter... **Pas à pas ils tisseront leur expérience dansée!**

**Sur un cycle d'ateliers sensori-moteur les deux types de propositions sont alternées:**

**Ateliers Bulles** - Apaiser le tonus (pour tous les âges de la naissance à 3 ans)

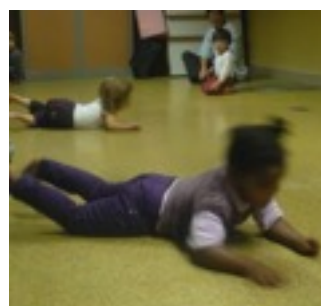


Sur le thème de l'eau, des sons, des chants, des tissus élastiques, des ballons pour être porté pour se relier aux mouvements prénataux, des mouvements de bercement pour l'harmonisation et l'accordage du tonus. Travail sur les enveloppes, et la peau qui différencie son espace intérieur et extérieur, réveiller le sens du rythme par la vibration. encourager la flexion physiologique.

**Ateliers Element-Terre** - Augmenter le tonus (pour tous les âges de la naissance à 3 ans)



Rencontrer le sol, une surface solide pour s'appuyer. Découvrir son corps à travers la rencontre avec la terre. Sentir ses limites et se repousser, grandir. Trouver ses appuis avec son corps, ses os, déposer son poids. Laisser parler le temps des organes pour se réorganiser et écouter son rythme.



**Parents  
Bébés  
Enfants**

## **S(E)MOUVOIR ENSEMBLE !**

**Ce cycle d'ateliers s'adressent aux parents, éducateurs et aux enfants (de 2 mois à 4 ans). Explorer la question des liens: liens à la terre, à l'espace, à la famille, aux encadrants.**

**Se donner...Un moment de liberté**

**Un espace neutre**

**Etre là en mouvement disponible pour soi et les autres.**

### **Pour les enfants:**

Explorer à partir de ses sens : soi, les autres et le monde

### **Pour les parents:**

Insuffler une nouvelle dynamique à la relation parent-enfant, souvent contrainte par des temps et des espaces de vie réduits.

Un espace riche en expériences et connaissance sur le développement de l'enfant ( les schèmes neurologiques fondamentaux, les réflexes archaïques, réflexes posturaux, réflexes de redressement )

D'observer son enfant différemment sans stress pour soutenir l'attention, l'intention et l'action du tout petit dans sa quête de découverte du monde par le mouvement et le toucher. Comment savoir accompagner son enfant dans un stade antérieur, là où le plaisir est rencontré.

Plusieurs thématiques seront développées au fur et à mesure des âges et de l'année:

• Futurs parents /Parents - Bébés ( 0 - 3 mois ) « Arriver au monde et s'éveiller » : Plusieurs thèmes seront explorés, depuis le processus de développement du mouvement embryonnaire jusqu'à l'intégration des sens et des perceptions. Etude des réflexes archaïques.

•Parents - Bébés ( 4 - 10 mois ) « S'accorder et se déplacer »

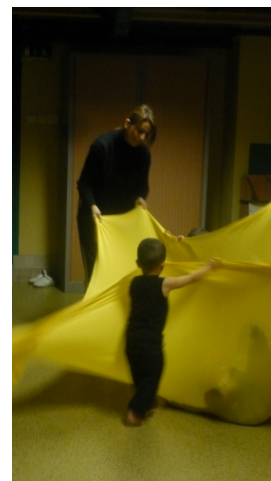
Plusieurs thèmes seront explorés, exploration des réflexes archaïques, des réflexes posturaux et de redressement, le processus de la création des liens.

•Parents - Bébés ( 10 m - à la marche ) « Redressements et verticalisation »

Une attention toute particulière sera donné aux Schèmes Neurologiques (SNF) Pré-vertébrés qui soutiennent l'acquisition des SNF vertébrés. Jeux d'équilibre et développer une aisance du mouvement graviter et anti-gravitaire.

•Parents - Enfants ( 2 à 4 ans ) « Rythmer et Danser »

Une attention particulière sera donné à l'alternance entre les temps de repos et de ressourcement et les temps d'action et d'accomplissement des actions pour favoriser l'autorégulation de l'enfant.





**Pros /  
Enfants + 5  
ans**

**LABORATOIRE DE LA CRÉATIVITÉ EN MOUVEMENT**  
sentir, ressentir et agir

Ce cycle d'ateliers propose d'explorer son corps par l'étude en mouvement de l'anatomie et la physiologie. Danser à partir de ses perceptions pour développer son potentiel, découvrir l'étendue des chemins possibles. Entrer dans l'espace - temps et développer son geste.

**EXEMPLE DE THÉMATIQUES:**

**AU PAYS DES SENS ET DES PERCEPTIONS**

Mes sens se sont développés d'abord à travers l'eau, puis à travers l'air. La terre, notre premier point d'appui, notre socle. Le toucher et le mouvement sont la base pour les autres sens.



**MON CORPS, MA PLANÈTE**



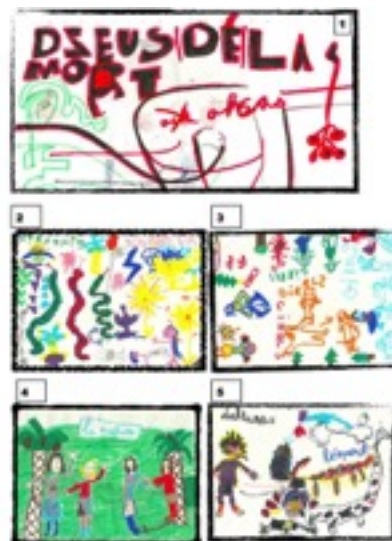
**ANATOMIE EN MOUVEMENT**



Cet atelier du mardi est conçu comme un voyage au pays de notre corps. Chaque aspect exploré à donné naissance à une danse. Au départ, la vie cellulaire de nos os, des muscles, des organes, notre cerveau... Nos cellules respirent, se déplacent, communiquent, se nourrissent, éliminent, se reproduisent... Nos cellules vibrent et dansent dans notre corps!

**PROGRAMME**

1. « Les ZEUS de la mort », créé et interprété par Sacha et Zali; dessin 1
2. « Les serpents tourmenteurs » créé et interprété par Marjolaine et Marlem; dessin 2
3. « Les Girls » créé et interprété par Sarah, Séverine, Marguerite, Raphaëlle; dessin 3
4. « La Nature » créé et interprété par Cécile et Ma Lou; dessin 4
5. « Les Diables Léopard » créé et interprété par Gauthier, Nathanaël, Raphaël et Sacha; dessin 5



Pros de la  
Petite  
Enfance

## Le Body-Mind Centering® au service de la Petite Enfance

Ces séances s'adressent aux professionnels travaillant avec dans le milieu social, crèches, PMI, halte garderie, Centres spécialisés pour l'Enfance.

Les cours se font en expérientiel pour encourager l'apprentissage par le corps. L'intelligence du corps en mouvement permet de comprendre les enfants d'un autre point de vue. Appréhender le développement sensori-moteur depuis son corps en mouvement pour renouer avec l'esprit de découverte du nourrisson fait de curiosité, de désir d'aller vers le monde et vers les autres. Il est possible d'adapter les thématiques en fonction des besoins des structures.



### DIFFÉRENTES THÉMATIQUES SONT ABORDÉES DANS NOS FORMATIONS :

#### Observer à partir de son corps en mouvement

Travailler la question de l'observation comme un processus en mouvement. Quand j'observe mon corps est-il engagé dans la relation avec l'enfant? Puis-je me sentir aussi reliée à moi-même quand j'observe l'enfant? Nous vous proposerons de découvrir « le cycle de perception - réponses » pour analyser un ensemble de situations, notamment les plus difficiles afin de trouver des espaces de choix et pouvoir agir de la manière la plus adaptée.

#### Explorer le mouvement le développement sensori-moteur

Depuis notre conception jusqu'à la marche, nous nous développons à partir de notre expérience du mouvement. Nos premiers apprentissages se font grâce au sens du toucher et du mouvement qui apparaissent très tôt dans notre vie. Nous avons donc tous l'expérience du mouvement, retrouver le sens du mouvement aide à rétablir une communication vivante avec soi-même, les autres et l'environnement.

Nous partirons à la découverte des différents schèmes neuro-cellulaires fondamentaux, des réflexes archaïques, posturaux et de redressement. L'objectif de ces séances étant de donner aux professionnels un ensemble d'expériences qui soutiendra l'écoute de soi, des autres par l'observation du mouvement des enfants. Il deviendra facile alors d'accompagner les enfants dans leurs expérimentations et de soutenir l'accomplissement de leurs actions.

#### Se familiariser avec la notion de tonus

Avec les enfants la majorité des informations passe par la communication non verbale. Ressentir d'abord sur soi, la modulation du tonus en fonction de l'environnement, nous éclaire sur le langage corporel des enfants. Nous irons à la rencontre des différents tonus: cellulaire, musculaire, organique, autant de nuances qui seront une base sécurisante pour faciliter une communication bienveillante. La modulation du tonus est une clé pour comprendre le langage émotionnel.

### EXEMPLES DE FORMATION :

#### **OBSERVER ET ACCOMPAGNER LE DÉVELOPPEMENT SENSORI-MOTEUR DU NOURRISSON PAR LE MOUVEMENT ET LE TOUCHER (2 JOURNÉES)**

- Observer et analyser le langage corporel de l'enfant du point de vue de la circulation du mouvement.
- Comprendre le développement de l'enfant par l'étude des Schèmes Neurocellulaires Fondamentaux
- Explorations ludique des Réflexes Archaïques, Posturaux et de Redressement, véritable alphabet de nos mouvements.
- Interagir avec l'enfant pour faciliter le développement du mouvement et l'épanouissement des capacités de l'enfant.

#### **COMMUNICATION BIENVEILLANTE: APPRENDRE À S'ÉCOUTER POUR S'OUVRIRE À L'AUTRE (1 JOURNÉE)**

Proposer un travail corporel qui aiguise les sens, la relation à soi-même, l'écoute de ses besoins. Se reconnecter avec son corps pour libérer les tensions, agir pour la prévention du stress, et développer des outils d'autorégulation.

Etre bien dans son corps afin de transmettre une communication bienveillante et positive aux enfants.

#### **DÉVELOPPER SA CRÉATIVITÉ POUR ACCOMPAGNER LES ENFANTS DANS L'ACCOMPLISSEMENT DE LEURS ACTIONS. (2 JOURNÉES)**

Etre créatif, c'est aussi apprendre à lâcher prise, cessez de savoir faire mais savoir être dans le moment présent. Par des exercices de relaxation, il sera proposé de s'ancrer dans l'expérience du mouvement fluide qui nous traverse pour comprendre de l'intérieur l'organisation et l'évolution du système nerveux. Il sera abordé la question de la régulation du système nerveux qui élargit la gamme d'expression et donne accès à sa créativité logé au dernier étage de son cerveau.

Ces séances permettent de travailler la question de l'espace, des jeux, du matériel, de la posture du professionnel pour élaborer ensemble un cadre qui permette à l'enfant de trouver sa place et de l'accompagner dans l'expression de son plein potentiel et de sa créativité.

#### GRILLE DES TARIFS

GROUPE	De 2 mois à 3 ans	à partir 4 ans	Formation du personnel
<b>1 séance</b>	30 minutes - 10 enfants max par séance	1 heure	1 journée 6 heures
<b>Tarif</b>	<b>50 euros TTC</b> <b>Déplacement pour une heure minimum</b>	<b>100 euros TTC</b> <b>dégressif à partir de séances</b>	<b>400 euros TTC</b> <b>dégressif à partir de 2 journées</b>

Le transport est à prévoir en supplément en dehors de Paris intra-muros (selon tarifs RATP/SNCF)  
Les devis, contrats et factures seront établis par l'Association **Camin'Arts**

**Nous restons à votre disposition pour étudier une formule et un programme le plus adapté à votre budget.**

**Contact :** Tamara Milla Vigo **06 03 26 42 73**

**Email:** [asso.caminarts@gmail.com](mailto:asso.caminarts@gmail.com)

## **CAMIN'ARTS EN QUELQUES DATES**

---

**2007/2008** Centre d'Animation Louis Lumiere, Paris 20eme

### **2007**

Maison de la Petite Enfance - 2/4 rue des Tilleuls - Chilly Mazarin  
Direction de la petite enfance-Rue Norbert Segard-93420 VILLEPINTE  
Creche-164 Av Jean Jaures-75019 PARIS

### **2008**

Creche RIBAMBELLE- 30 rue du Bois de Trou- 77700 Bailly Romainvilliers  
Creche Saperlipopette- 2 Pl de l'Europe- 77700 Bailly Romainvilliers  
Crèche Calypso, 17 rue Alexandre Antonini- 92110 Clichy  
Crèche PAROUTY, Allée du chêne pointu-93390 Clichy Sous Bois  
Centre d'Animation Jean Verdier, Paris 10eme  
Centre de Loisirs Les Gavroches, 92000 Nanterre

### **2009**

Crèche Calypso, 17 rue Alexandre Antonini- 92110 Clichy  
Crèche La Clé des Champs 11 rue des Champs Roger- 78400 Chatou  
Lieu: Crèche -25 rue Laënnec- 93220 Gagny  
Association sportive et culturelle, La Camillienne, Paris 12eme  
Centre d'Animation Jean Verdier, Paris 10eme  
Ecole Elementaire 54 rue Planchat 75020 Paris  
Centre de Loisirs Les Gavroches, 92000 Nanterre  
Ecole maternelle 18 rue Faidherbe 75011 Paris  
Ecole Elementaire 8 rue Pierre Foncin 75020 Paris

### **2010**

Association sportive et culturelle, La Camillienne, Paris 12eme  
Espace jeunes de Saint-Blaise, Paris 20eme  
Centre d'Animation Jean Verdier, Paris 10eme  
Ecole Elementaire 54 rue Planchat 75020 Paris

### **2011**

Centre d'Animation Jean Verdier, Paris 10eme  
Canal Danse, Paris 19eme  
Association sportive et culturelle, La Camillienne, Paris 12eme  
Espace jeunes de Saint-Blaise, Paris 20eme  
Hopital Bretonneau, Paris 18eme

### **2012**

Crèche Acidulé et à croquer, 78 rue Marcadet 75018 PARIS  
Centre d'Animation Jean Verdier, Paris 10eme  
Canal Danse, Paris 19eme  
Ecole de Danse contemporaine, ROSAS, Bruxelles, Belgique  
Ecole maternelle rue de Tourtille 75020 Paris

### **2013**

Crèche parentale Grenadine et Menthe à l'eau, Paris 19eme

### **2015**

Happy Families, groupe parents-bébés  
Crèche parentale Les Crocos, Paris 12eme

### **2016**

FNEJE- Rencontre et découverte du Body-Mind Centering