# Programme de Formation

## Mon outil : Tango

## Organisation

**Durée :** 7 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

## Contenu pédagogique

### Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, médico-social et social

### Objectifs pédagogiques

Comprendre les fondements du Tango Santé et ses apports dans le champ de la santé.

Expérimenter corporellement les liens entre mouvement, posture, équilibre et engagement cognitif.

Saisir comment la relation en mouvement peut servir d'outil thérapeutique favorisant confiance, équilibre et autonomie.

Mettre en œuvre des exercices simples adaptées aux contraintes professionnelles spécifiques.

### Description

Le Tango Santé ou Tango thérapie est une approche corporelle et relationnelle innovante qui utilise les principes du tango argentin comme médiateur thérapeutique et pédagogique. Plus qu'une danse, c'est une expérience de connexion à l'autre, mais avant tout à soi.

Nous proposons une journée immersive d'expérimentation permettant aux participants d'éprouver cette pratique qui engage simultanément les dimensions posturales, relationnelles et émotionnelles. Le corps retrouve un axe, un équilibre, une mobilité plus consciente ; et cette transformation physique agit par ricochet sur la posture mentale : confiance, stabilité, capacité d'adaptation et sentiment de sécurité s'en trouvent renforcés.

De plus, son côté ludique facilite l'adhésion des participants et favorise la pérennisation de sa mise en œuvre dans la pratique.

**Déroulement de la journée :**

Tango Santé : principes, cadre et objectifs en santé.

Fondamentaux corporels : posture et équilibre.

La marche et les déplacements : coordination, connexion, adaptation au rythme

La relation à l'autre comme outil thérapeutique : guider / être guidé(e), développement de l'écoute corporelle et de la communication non verbale, la musique comme médium.

Construire un atelier Tango Santé avec les spécificités de mon cadre professionnel

Mise en situation et évaluation

### Prérequis

Aucun

## Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon trois axes :

- Démarche pédagogique participative et collaborative
- L'échange autour des pratiques professionnelles favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.
- Des ateliers pratiques : les participants expérimentent différents dispositifs à médiation et la dynamique de groupe. Une démarche expérientielle pour acquérir des techniques, développer des compétences relationnelles, ses propres possibilités d'expression et sa créativité (cf. approche pédagogique basée sur le néo-constructivisme). Chaque atelier pratique est soumis à l'analyse réflexive. Les professionnels font des liens avec leur pratique pour s'interroger sur le sens de la mise en place d'un projet Ils font partie intégrante de l'évaluation en continu : par le formateur, par l'auto-évaluation et le feed-back par le groupe.

## Moyens et supports pédagogiques

Nos supports pédagogiques reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, etc.).

## Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel).