

# BOUGE ET APPRENDS

## Formation continue

### Les émotions et les réflexes liés au stress

Selon la méthode BRMT (Blomberg Rhythmic Movement Training)  
du Dr Harald Blomberg

Dans ce deuxième module, nous étudions les relations entre les réflexes et nos émotions, nos challenges, nos défis, nos peurs, nos paralysies liées à la peur. L'étude du cerveau tri-unique nous permet de comprendre les liens et l'organisation qui se tissent entre les mouvements, le système limbique et le cortex préfrontal.

#### **BRMT II (niveau 2 : les émotions et les réflexes de peur)**

- le système limbique, ses fonctions et les stresseurs
- l'importance du système vestibulaire pour nos émotions
- le réflexe de paralysie par la peur (RPP) et les défis d'un RPP non intégré
- le réflexe de Moro
- le réflexe de protection des tendons et le réflexe de Perez
- les mécanismes d'hypertonie et d'hypotonie
- Les réflexes liés à la peur et l'intégration de ces réflexes
- le système limbique, la mémoire et le jeu
- la coordination entre le haut et le bas du corps
- le cortex préfrontal et le système limbique.

Animateur : Pierre-Alain Musy (Kinésologue, instructeur officiel BRMT (Blomberg Rhythmic Movement Training))

Tarif : Membres A : CHF 370.- / Autres ou Non-membres CHF 430.-

Horaires : de 9h à 18h

Dates : Saillon : les 28 et 29 janvier 2023



**inscriptions :**

**[formation.continue@asob.ch](mailto:formation.continue@asob.ch)**

**<https://asob.ch/fr/formation/formation-continue>**

