

## Compte rendu des rencontres APBF du 4 au 7 février 2017 à la ferme de la Mhotte à Saint Menoux (allier)

Présents : Françoise Bachelard, Dominique Castelnaud, Aurélie Delarue, Gaël Giraud, Sophie Centenero, Evelyne Lepollotec, Catherine Pirat, Juliet Elena, Muriel Migayrou, Jean-Marc Piquemal, Caroline Arragain.

### Samedi 4 février :

Cercle de retrouvailles et météo personnelle

Cette année nous constatons une transition de l'association et une remise en question de son fonctionnement, des questionnements. De ce fait, les rencontres étaient particulièrement orientées autour de la restructuration- ré\_organisation somatique de l'APBF.

Atelier de N°1 :

Présentation des différentes commissions, historique et état des lieux pour l'information des nouveaux adhérents.

Commission rencontres : Pour la première fois depuis la création de l'association, les rencontres prévues en octobre 2016 ont dû être reportées en février 2017. Une question est soulevée est-il judicieux de maintenir l'AG de ABPBF aux seins des rencontres ?

Commission trésorerie, : APBF débute l'année 2017, avec un compte de résultat positif de 232.36€

Commission Journal : Après le journal n°8 et l'appel à article, un seul article a été envoyé pour le n°9 : thème la créativité .Plusieurs départs et de l'essoufflement. L'aide de CNOSSOS s'arrête .Quel devenir pour la fonction papier du journal tel qu'il l'a été jusqu'à présent ?

Commission secrétariat et coordination : l'arrivée du site a allégé cette organisation. Coordination des C.A .Rôle à redéfinir. Sophie travaille à la coordination et aux relations avec BMCA.

Commission BMCA : Sophie et Odile sont nos représentantes au C.A de BMCA et tente de négocier un contrat avec BMCA

Commission Site : départ de Claire et arrivée d' Aurélie. Aurélie fait part de grandes difficultés, d'une nécessité de soutien et de la nécessité d'une base d'informations sur les pratiquants du BMC. Cette commission devient plus la commission Communication

Commission ESF : Remise en question de la participation de APBF à ESF. Décision d'écrire un courrier à ESF faisant part de notre projet de se retirer

### Dimanche 5 février

Atelier n°2 : Caroline Corps /voix/langage

A partir d'explorations corporelles qui mettent en lumière la relation Intérieur / Extérieur dans nos processus physiologiques, nous avons investis des espaces d'échange improvisés en mouvement, voix et mots. Au sein de chaque duo ou trio, les propositions de l'un nourrissent les sensations, émotions et imaginaire de l'autre. Un dialogue s'installait, partage de l'espace intérieur et extérieur.

Atelier n°3 : Gaél

A partir des retours de chaque commissions, Gaél nous a fait travailler sur la vision et la raison d'être de APBF. Quelles seraient les perspectives et la structuration de l'association ?

Nous avons dégagés 3 thèmes de travail :

les relations : adhérents/adhérents

Adhérents/grand public

APBF/cadre légal

Après-midi :

World Café : Gaél

Travail en sous groupe sur les 3 thèmes dégagés le matin

Assemblée Générale : elle a été préparée en amont par tous les ateliers et a démarré par l'écriture d'un ordre du jour

- Définition des tâches à accomplir

4 actions prioritaires à accomplir avant de travailler à la nouvelle structuration de l'APBF. Ces actions sont à réaliser dans les 2 mois. Ces actions sont les suivantes :

L'assurance de APBF, le Courrier à ESF, la lettre d'accueil des nouveaux adhérents, la réactualisation de la base de données

- Ouverture du chantier « clarification du processus de gouvernance et de prise de décision au sein de l'association

### Lundi 6 février

Matin :

- Atelier de Françoise : échange de touchers et cercle de parole
- Atelier de Juliet : un conte anatomique autour de la cellule et sa respiration

-Tentative de définition d'un nouveau C.A, décision des actions à accomplir. Projet d'une réunion de CA dans 3 mois. Réunion de travail entre les personnes qui se sont chargées de 4 actions prioritaires dans 2 mois. Passation de la gestion du site d' Aurélie vers Sophie.

Après-midi :

Promenade

Atelier de Jean-Marc : Sol/espace

### Mardi 7 février :

Matin :

Atelier de Catherine : approche de la constitution de l'axe corporel, au cours de la première année de vie.

- Intro avec la respiration et le diaphragme thoracique, en lien avec le diaphragme pelvien, en tant que support de la respiration et soutien horizontal de l'axe spinal.
- Période de la naissance : « le déménagement écologique », « changement d'écosystème » nécessitant l'ajustement à un nouvel environnement.
- Période du premier trimestre, avec l'organisation des rythmes, la grande sensibilité aux flux sensoriels et à leurs variations temporelles, l'élaboration de la proprioception, les premiers mouvements généraux en continuité avec les mouvements fœtaux, mouvements de contorsion et gigotements ; avec les débuts de coordination en symétrie des espaces du corps et des mouvements de la tête, en lien avec les appuis et les échanges émotionnels procurés par l'entourage.
- Période du deuxième trimestre, avec la poursuite de la construction de l'axe incluant l'intégration du bassin passant par les transitions et l'équilibration entre mouvements de regroupement et mouvement d'extension, permettant les jonctions haut-bas et haut-bas croisée dans le corps.
- Période du second semestre avec l'utilisation des sens permettant l'adaptation des ajustements posturaux par affinement, puis par anticipation. Locomotion sur l'horizontalité et émergence dans la verticalité et locomotion dans une orientation verticale, avec nouvelle organisation de l'équilibration, lors de la marche, centrée autour du bassin.
- Exploration libre, transition et échange verbal en cercle.

Rédaction du Compte-rendu des rencontres et bilan .

Départ.