

Stage Tournage : Le corps au centre Comment éviter de souffrir en travaillant

Formatrice : Audrey Borthayre, céramiste, professeure de yoga

Dates : Du lundi 16 au vendredi 20 novembre 2026.

Durée du stage : 35 heures sur 5 jours.

Public : potiers, céramistes.

Lieu : ATELIER LES MIRETTES - Place Martial Sicard, 04300 Forcalquier

Horaires : 9h à 13h et 14h à 17h

Contact : Philippe Duriez : 0618064354 / Audrey Borthayre : 0622524247

PRÉ REQUIS

Être professionnel, avoir une pratique régulière du tournage et être capable de réaliser des pièces en série avec le trusquin. Un entretien est réalisé en amont pour déterminer les tensions physiques récurrentes de chaque stagiaire, liées ou non à la pratique du tournage. Pour les personnes souffrant d'un handicap vous pouvez nous contacter et demander notre référent.

OBJECTIFS

- Adapter le poste de travail (espace proche du tour/espace atelier) afin de gagner en confort, et en amplitude gestuelle.
- Optimiser ses gestes afin de minimiser l'impact physique de leur répétition sur les articulations.
- Expérimenter des postures compensatoires afin de libérer les tensions liées à la répétition.
- Créer un rituel d'échauffement personnel afin de mettre le corps et la respiration en condition avant chaque journée de travail, et ainsi protéger les articulations du dos, épaules, poignets, mains.
- Relier le travail du tournage à la respiration et à tous les muscles du maintien du tronc afin d'éviter le mal de dos.
- Gagner en efficacité dans une production tournée par l'application des objectifs précédents.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Chaque stagiaire aura à sa disposition un tour, séchoir et tous les outils nécessaires au tournage et au tournasage.

Les stagiaires doivent cependant apporter leurs petits outils habituels, et leur carnet d'atelier. Si possible, ils apportent également quelques pièces de leur production personnelle, et/ou des dessins ou photos à partir desquels ils voudront travailler.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Point Fusion pratique une pédagogie active et participative, alternant les apports théoriques et les cas pratiques : chaque stagiaire sera accompagné selon ses besoins et son niveau.

ÉVALUATION

Individuelle tout au long de la formation afin de mesurer les acquisitions. Le stage lui-même est évalué à la fin par les stagiaires à chaud et un mois après à froid.

PLANNING D'UNE JOURNÉE TYPE

Alternance de théorie et de pratique avec des démonstrations de la part de la formatrice.

EFFECTIF : 4 à 5 stagiaires



PROGRAMME DE LA FORMATION

LUNDI 16 novembre 2026

MATIN

Accueil et présentation de l'intervenante et des stagiaires.
Présentation du stage et de son planning.
Tour de table des attentes des stagiaires.
Mise en condition physique.
Préparation du poste de travail pour chacun.
Tournage en série de formes simples pour chacun.

APRÈS-MIDI

Projection d'une vidéo courte. Partages.
Mise en condition physique.
Démonstrations, recherches et observations personnelles « le dos en action dans le tournage en série »
Chaque stagiaire sélectionne une de ses formes à tourner en série.
Tout au long de la journée, débriefing et analyse technique des gestes habituels pour chacun : repérer les problèmes, difficultés, tensions dans le corps, ou dans la production de chacun.

MARDI 17 novembre 2026

MATIN

Mise en condition physique. Exercices corporels visant à impliquer le dos et la respiration dans le tournage de formes diverses.
Adaptation du poste de travail pour chacun.
Analyse des gestes techniques pratiqués la veille, et conseils pratiques pour plus d'ergonomie et de rendement.
Selon les capacités de chacun, tournage en série des mêmes formes que la veille, ou d'autres formes apportées par les stagiaires.

APRÈS-MIDI

Projection vidéo courte.
Mise en condition physique et échanges sur les gestes et pratiques compensatoires adaptés pour chacun.
Tournage en série de formes et volumes différents du matin.
Démonstrations, recherches et observations personnelles : « le dos en action dans le tournage de formes diverses ».
Tout au long de la journée, débriefing et analyse technique des gestes choisis pour chacun, écoute et observation précise du corps : repérer les problèmes, difficultés, tensions dans le corps, ou dans la production de chacun.

MERCREDI 18 novembre 2026

MATIN

Mise en condition physique, exercices respiratoires et corporels.
Adaptation du poste de travail pour le tournage.
Tournage et finitions des pièces réalisées la veille. Etude et adaptation de la posture et des gestes de finitions (ansage, tournassage, collage, ...).
Selon les résultats obtenus pour chacun, poursuite du tournage en série des formes réalisées la veille, ou d'autres formes.



APRÈS-MIDI

Mise en condition physique.

Selon les capacités de chacun, travailler sur des pièces de plus gros volume.

Démonstrations, recherches et observations personnelles : « la respiration en jeu pour accompagner la production de pièces plus grandes ».

Débriefing tout au long de la journée.

Pratique corporelle guidée et ciblée : mouvements et postures compensatoires à la pratique du tournage en série.

JEUDI 19 novembre 2026

MATIN

Mise en condition physique.

Poursuite des exercices de la veille.

Recherche de plus de liberté dans les gestes habituels, et pratique de gestes différents afin de cultiver l'amplitude articulaire et respiratoire lors d'une journée d'atelier.

APRÈS-MIDI

Mise en condition physique.

Exercices personnalisés pour chaque stagiaire afin d'aborder les difficultés que chacun a rencontrées pendant le stage.

Débriefing tout au long de la journée.

Pratique corporelle guidée et ciblée : mouvements et postures compensatoires à la pratique du tournage en série. Élaboration pour chacun d'une pratique corporelle courte d'échauffement et/ou de compensation à mettre en place dans son quotidien d'atelier.

VENDREDI 20 novembre 2026

MATIN

Mise en condition physique. Chaque stagiaire reproduit sa pratique corporelle élaborée la veille. Temps de partages.

Exercices personnalisés pour chaque stagiaire afin d'aborder les difficultés que chacun a rencontrées pendant le stage.

APRÈS-MIDI

Exercices personnalisés.

Nettoyage et rangement. Gestion des déchets.

Bilan du stage et évaluation. Suites à donner.



POINT FUSION FORMATION - Lieu de Formation : Tuilerie Bossy / Gardanne

contact@point-fusion-formation.com - www.point-fusion-formation.com - Tel : 0955577570 / 0618064354 - Siege social :
301B rue Cime de Vière 84240 Cabrières d'Aigues - Numéro d'activité N° 93840273184 SIRET : 384 115 606 00020 - APE 8559 A