

Atelier d'expression corporelle et dessin

Lieu :

Salle de danse Aristide Briand, Chambly

"Laisse la vie danser en toi"

Ouvert à tous, sans savoir danser, ni dessiner.

3h pour se connecter à soi par le corps, dans un voyage, à travers des propositions de mouvements, pour rentrer dans ses sensations, son imaginaire et dans le jeu interactif de l'écoute de l'autre et pour enrichir ses propres danses.

Cet atelier, invite à ouvrir un espace d'écoute, de jeu, de créativité, propice à la découverte de soi, et de l'autre, le tout sous un regard bienveillant.

Cet espace est un temps que vous vous offrez, une bulle de bien-être et de créativité, dans le tumulte de la vie quotidienne.

Un temps pour s'oxygéner, se ressourcer, se remplir de bonnes sensations, de joie et de découvertes, donnant accès à des informations sur soi, et le monde, pour s'ouvrir à un changement de paradigme .

Cet atelier peut permettre de transférer ou pas, cette expérience vécue dans le groupe, au sein de sa propre vie.

Une expérience qui puise dans le corps et le mouvement, ainsi que l'expression du dessin, pour développer des ressources, se sentir plus libre dans son corps et son esprit et peut être s'ouvrir à la vie autrement.

Tarif entre 20€ et 35€ selon les possibilités de chacun

Sur réservation au **06 85 75 07 05**, sur le site <https://jecoute.jimdofree.com/> ou par mail fannyprandi@gmail.com

Organisé par l'association J'écoute

Publié le 30 novembre 2023