

# Le Vivant en Mouvement



## Groupe thérapeutique mensuel

**Cycle 2019-2020**

*« Dans notre corps, pied-à-terre du ciel...  
il y a de l'intelligence, de l'énergie, et de la  
sagesse qui nous façonnent à chaque seconde.  
C'est notre lieu de naissance et de renaissance,  
d'apprentissage, d'expérience, de transformation  
et de connaissance »*

*(David Ciussi)*

**LES VENDREDIS DE 18H30 À 21H30**

4 octobre, 8 novembre, 13 décembre 2019

10 janvier, 7 février, 13 mars

3 avril, 15 mai, 12 juin 2020

au **Jardin et Mouvement** : 16 rue Revol à Grenoble

Animé par **Isabelle Bartnicki Bron**

*Somatothérapeute, Danse thérapeute  
Praticienne et formatrice en toucher relationnel*

*Fondatrice de la cie Ainsi Danse*

*Je vous propose, à l'occasion de ce groupe, un espace thérapeutique où le corps en mouvement et en relation est au centre de l'expérience.*

*Cette démarche invite à s'engager de façon créative dans un processus vivant et bienveillant de transformation personnelle :*

***S'écouter, être présent à soi**, accueillir ses ressentis, rencontrer des sensations, des émotions*

***Oser transformer la relation à son corps**, apprivoiser et honorer ce corps tel qu'il est*

***Se laisser enseigner par le savoir du corps**, faire confiance à son langage pour laisser émerger à la conscience ce qui n'a pas encore été nommé, parlé*

***Explorer des espaces où monde intérieur** et mouvements extérieurs s'éclairent, se soutiennent et s'enrichissent l'un l'autre*

***Clarifier la relation à l'autre**, s'inviter à être soi face et avec l'autre*

***Se relier à la Vie dans l'infiniment petit et dans l'infiniment grand**, et s'offrir des moments de vagabondages, de partages et de transcendance*

***Différentes propositions de relaxation, d'explorations corporelles, d'expression, de danse libre alterneront avec temps d'intériorisation et temps de paroles***

**En groupe continu** (après entretien préalable)

**Tarifs : 60€ la séance**

Le prix ne doit pas constituer un frein à votre participation.  
En cas de difficulté, n'hésitez pas à m'en parler.

**Renseignements et inscriptions**

06 17 92 51 86  
isabelle.bartnicki.bron@gmail.com  
isabelle-bartnicki-bron.fr