

Le Vivant en Mouvement



Groupe thérapeutique mensuel

Cycle 2023-2024

*« 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

29 septembre, 13 octobre, 17 novembre, 8 décembre 2023

12 janvier, 2 février, 15 mars, 5 avril, 14 juin 2024

UNE JOURNÉE EN NATURE MÉLANT BAIN DE FORÊT ET DANSE

le samedi 25 mai 2024 (journée co-animée avec Maeva Dupont
thérapeute et accompagnatrice moyenne montagne)

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 du vendredi / 85€ la journée du samedi 25 mai

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