

Atelier « Mouvement Libre et Danse Intuitive »

Venez-vous faire du bien avec un Atelier sur le Mouvement !



« Celui qui s'approche de son but, celui-là danse ». Nietzsche

Atelier « Mouvement Libre et Danse Intuitive »

Un espace de co-construction active et spontanée où chacun pourra laisser libre cours à son ressenti et exprimer ses sentiments profonds.

Présence d'une triple interaction :

- Une rencontre avec soi
- Un « aller vers » l'Autre
- Une connexion avec le groupe

Plusieurs temps dans la journée :

- Relaxation
- Expérimentation

Echauffement
Improvisation
Expression par la danse et par la parole
Echange verbale en petits groupes.

Cette approche d'invitation au mouvement :

Augmente le dynamisme
Régule les émotions
Favorise l'ouverture à l'Autre
Développe le discernement et l'estime de soi
Réunifie le corps, le cœur et l'esprit

Lieu : 75017 Paris. M° Etoile ou Ternes

Dates : Le dimanche (dates à préciser, me contacter). Minimum de 4 personnes.

Horaires : 10h à 13h.

Tarifs : 30 euros par personne et par session.

Thérapeutes : Clarissa Speed



Clarissa Speed, Danseuse, Gestalt-thérapeute psychocorporelle et Graphologue, Clarissa accompagne des adolescents, des adultes et des couples en thérapie individuelle et effectue des analyses d'écriture pour des bilans personnels. Elle ouvre un groupe de thérapie avec comme support, l'écriture en mouvement.

Membre associé de la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse.

Titulaire du Certificat de Gestalt-thérapeute délivré par l'IFFP (Institut Français de Formation Psychocorporelle).

Contacts:

Clarissa Speed: 06 63 76 72 28 cabinetjoa@gmail.com
www.psy-clarissaspeedmaurice.com

Les inscriptions sont ouvertes.