

STAGE DE THERAPIE PSYCHOCORPORELLE EN PLEINE NATURE

Dans l'Yonne - EN BOURGOGNE

Du vendredi 15 mai, au dimanche 17 mai 2020,
(arrivée entre 16h et 19h, départ à partir de 16h.)

« Liens d'Amour »

« Prendre soin de soi, de l'autre, avec notre corps
émotionnel, mental, énergétique et spirituel.
Contacter notre Humanité »
-en petit groupe-



www.facebook.com/leHameauDeLalande

Je vous accompagne avec l'acceptation de ce qui est pour faciliter l'écoute intérieure, sortir du confort pour être dans une relation vraie et accueillir l'expérience interne de soi et dans la relation à l'autre. Une expérience qui sollicite « être avec », en présence de ses sensations, émotions et sans intention, simplement être dans la dynamique du contact dans un ajustement créateur. Se retrouver dans l'Ici et Maintenant pour développer de nouvelles dimensions relationnelles, affectives et sociales. Une invitation à explorer notre *Corps Vivant* pour s'épanouir, mieux s'ouvrir à l'environnement dans une prise de contact avec quelque chose de profond et intime en vous et dans la relation aux autres. *Comment habiter notre être sacré, inspirant et incarné ?* Exister, c'est d'abord habiter notre corps, notre corps physique, mental, émotionnel, énergétique et spirituel.

Un voyage au cœur de nos liens d'amours avec la contemplation créative de nos paysages de « souffrance », « séparation », « solitude » ou « dépendance » ...mais aussi avec les rayons du soleil de

« confiance », « liberté », « gratitude » et « engagement ».

Journées : Pratiques du mouvement vital expressif en pleine nature, marche introspective, connexion et ancrage à la terre, méditation. Pratiques du Jeu du théâtre. Temps de parole et d'expression émotionnelle en binômes et petit groupe. (Gestalt thérapie).

Soirées : Rituel de Bienvenue. Rêve-éveillé, pratique méditative et créativité artistiques.

Sur RDV et en supplément : Intégration Posturale et Massage (40 euros)

Le stage s'adresse à tous ceux qui souhaitent développer et affiner leurs dimensions corporelles dans la relation à Soi et à l'autre. **L'approche**

psychocorporelle que je vous propose s'appuie sur la Gestalt thérapie, l'Intégration Posturale P. (IPP) le Système Rio Abierto et le Jeu du théâtre.

Animation : Rosa VELAYOUDON GOMEZ

Psychopraticienne - Praticienne Gestalt & Rio Abierto (Intégration Posturale-Massage)



Lieu : Lalande (89130), 25 km d'Auxerre, 5 km de Toucy. **Stage 3 jours/2 nuits : 260 euros par personne en pension complète** (recouvrant animation de la formation, hébergement, petits déjeuners, repas, ménage et draps). Chambres de 2 à 4 personnes et individuelle en supplément. **Cuisine végétarienne, locale et de saison.** Le Hameau de Lalande se situe à Lalande dans l'Yonne, à 170 kms au sud de Paris.

S'inscrire en téléphonant au 06 62 86 65 49 ou par mail info@rosavela.com

Programme détaillé avec horaires et fiche d'inscription : www.rosavela.com