

DANSE

ART THÉRAPIE

L'ART EN
MOUVEMENT

LE MERCREDI
17H-18H30

1 SEMAINE SUR 2 ✦

DANSE

ART THÉRAPIE

Cette pratique invite à la ré-appropriation du corps par le mouvement libre et spontané, à travers une expression corporelle artistique en 3D.

Elle s'appuie sur une approche douce et ludique, respectueuse de la temporalité et du consentement de chacun, tout en favorisant l'esprit de groupe, la communication non violente et le non-jugement. L'observation intérieure et extérieure des émotions soutient une meilleure conscience de soi et des relations à l'autre.

Aucun besoin de savoir danser.

Bienveillance, non jugement, respect, confidentialité,
Libre arbitre

INFOS ET RESERVATIONS

03.63.08.51.59

contact@capapasante.org

1 Esplanade Pr François Barale - 25000
Besançon



Association
le Don
Du Souffle