

Art-Thérapie & Mouvements

RELIER LES MOTS AUX RESENTIS.
RELIER LES ÉMOTIONS AU CORPS.

OSER

L'IMPROVISATION LE MOUVEMENT
LE JEU

LA RENCONTRE

DE SOI DE L'AUTRE

Monique Adjallé : 06 81 69 70 79

adjalle.monique@gmail.com

Diakhère Gningue : 07 82 85 58 64

dg.art-therapie@outlook.com

*Séances d'Art-thérapie en groupe
Ouvertes aux adultes de tous âges*

**Aller à la rencontre de soi par
l'exploration des médiations corporelles
de la danse et du théâtre.**

A travers le jeu, l'improvisation et l'exploration du mouvement, notre accompagnement propose un travail d'écoute intime et de mise en lien avec son corps. Une rencontre avec soi et l'autre, où le rythme de chacun est respecté.

Ces séances thérapeutiques en groupe de 10 personnes, soutiennent une recherche personnelle : Traverser un passage de vie difficile pour lequel on ressent **le besoin d'être accompagné** (personnel, professionnel, scolaire).

Explorer les possibilités de son corps malgré ses douleurs, ses handicaps, ses fragilités et ses peurs.

Oser aller à la rencontre de l'autre.

S'affirmer, **prendre sa place** dans le monde.

Ces séances sont ouvertes à toute personne ayant envie de **découvrir une thérapie qui s'adresse au corps et à la sensibilité.**

Ces séances sont un espace de thérapie par l'art. **Aucune pratique de théâtre ou de danse n'est nécessaire pour intégrer le groupe.**

Les Art-Thérapeutes
Monique Adjallé et Diakhère Gningue

Formées sur 5 années en Art-thérapie et psychopathologie clinique comparée, d'orientation psychanalytique et existentielle, nous travaillons toutes deux sur le corps en mouvement :
Par le geste dansé pour Monique
Par le geste théâtral pour Diakhère

Supervisées par un art-thérapeute agréé, nous accompagnons la mise en lien entre l'expression du corps, la présence à soi, et l'accès à la parole pour soutenir chacun dans sa recherche personnelle et **trouver sa juste manière d'être au monde.**

*Démarrage des séances
à la rentrée 2018, sur
l'année scolaire.
Contactez-nous pour
avoir plus
d'information sur les
inscriptions.*

