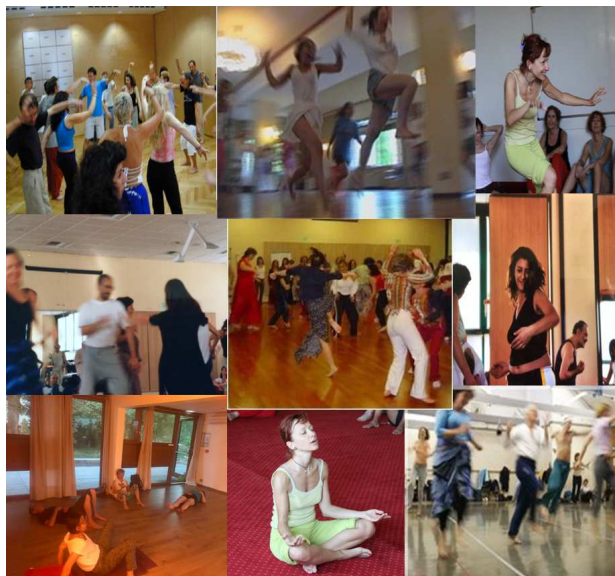


Danse & Présence

Etre en mouvement dans le monde



REPRISE DU GROUPE HEBDOMADAIRE

Judi 17 septembre de 19h30 à 21h30

Séance découverte 5€ - Inscription préalable - nombre de participants limité

Se sentir présent dans l'instant, en laissant son Etre
se mettre en mouvement, naturellement

S'ouvrir progressivement à la relation aux autres

Etre soi-même dans le monde

Pour tous les âges, pour les hommes et les femmes

avec **Viviana Ricciardi**

Centre Socio Culturel Des Moulins, 266 Chemin des Moulins
73000 Chambéry - Parking à disposition

Danse & Présence

Etre en mouvement dans le monde

Nous nous sentons présents quand nous laissons notre Etre se mettre en mouvement, naturellement, dans l'instant.

C'est à ce moment là que nous sommes nous-mêmes : nous nous sentons bien dans notre corps, nous sentons notre vitalité et nous exprimons nos qualités dans le monde, en relations avec les autres.

Au quotidien notre capacité de présence induit un bien-être et un équilibre global, et la capacité à retrouver plus facilement cet équilibre dans les situations source de stress et d'incertitude, car elle renforce l'estime et la confiance en soi, la capacité de faire des choix, l'aisance relationnelle.

Chaque séance de Danse & Présence stimule notre qualité de présence, pour favoriser le processus d'expression vitale et créatrice de notre Etre, dans notre vie, au quotidien.

Au besoin, les séances de groupe peuvent être accompagnées par des séances individuelles.

Viviana Ricciardi



Facilitatrice et formatrice en Biodanza, psychopraticienne et formatrice en Psychosynthèse Créative®, j'accompagne les personnes dans leur processus d'épanouissement depuis 18 ans.

Je reçois en séance individuelle et de couple à Chambéry, et j'anime des ateliers de groupe, hebdomadaires et en weekend.

Ma priorité : accompagner les personnes dans l'intégration de toutes les parties de soi, pour être soi-même dans le monde.

www.vivianaricciardi-psychotherapie.com

Association **JOIE d'ETRE** - Viviana Ricciardi 06.81.49.32.45
e-mail vivianaricciardi@yahoo.fr - www.joiedetre.com

