

Les Matriochkas*, partir à la redécouverte de son corps en changement

La Roche FR, 17–20 septembre 2020



*poupées russes en bois simple

L'idée de partager, de créer, de nourrir et de bouger avec ce corps en changement est articulée autour du ressenti et de la ré-appropriation de qui je suis : notre essence change-t-elle quand notre corps change ? Les matriochkas permettent la réflexion sur le corps que je montre, puis celui qui est juste sous la peau, jusqu'à l'être profond, intérieur et secret : le moi.

Apprivoiser le corps en changement pour se redécouvrir, se réconcilier avec soi-même afin de se sentir mieux, de vivre mieux et en harmonie avec les changements survenus, pour se connaître avec ses différentes facettes, en faire des richesses et des ressources.

- Contenu**
- › Séance de Qi-gong et de méditation le matin pour la rencontre avec le corps en mouvement en douceur
 - › Art-thérapie pour la découverte des différents personnages intérieurs et pour leur donner vie; donner une expression à la transformation corporelle
 - › Créations centrées sur ces poupées gigognes en bois et la sculpture en plâtre. Les participantes emporteront toutes leurs créations avec elles.
 - › Temps de partage, rencontres et complicité afin de se nourrir de l'expérience autrement

Public cible Femmes de tout âge ayant subi des transformations physiques en raison du cancer

Organisation Ligue genevoise contre le cancer
Véronique Mooser, art-thérapeute indépendante
Albertine Michelod, cuisinière et enseignante en cuisine

Animation Véronique Mooser, art-thérapeute diplômée,
Florence Simonet, professeure de Qi-Gong, de méditation et de yoga, écrivaine,
Albertine Michelod, cuisinière et enseignante en cuisine

- Lieu** Le Chalet St-Paul (Chemin du Poyet 18, 1634 La Roche) FR
- Date** 17–20 septembre 2020
- Heure** Du jeudi dès 16h au dimanche 17h
- Coût** Fr. 300.– par personne pour les 3 jours et demi en pension complète avec chambre individuelle.
Les ateliers sont pris en charge par la Ligue contre le cancer.
- Nombre de participants** Groupe de 10 personnes au maximum
- Informations** Ligue genevoise contre le cancer
11, rue Leschot
1205 Genève
Tél. 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
- Délai d'inscription** 1 septembre 2020