



Brigitte CARPENTIER

Gestalt-Thérapeute certifiée par l'IBG Institut Belge de Gestalt à Bruxelles. Je reçois des adultes, des adolescents, des couples ainsi que des familles. Comédienne et clown, j'anime un groupe de théâtre auprès d'un public adulte.

Tél : 06.84.37.29.63



Martine TROJANOWSKI

Gestalt Thérapeute certifiée par l'institut de Champ G à Roubaix. Clown depuis 2002, j'improvise régulièrement en public, « brèves de clown » et « clown acteur social ».

Tél. : 06.76.21.19.80

Pour s'inscrire :

Prendre contact avec l'une des deux intervenantes.
Emergences 897 avenue de la République 59700 Marcq-en-Barœul.
mail: emergences1@laposte.net

Emergences

SOUTIEN AIDE-ACCOMPAGNEMENT
DANS LES RELATIONS HUMAINES

6 Ateliers de connaissance de soi

Par

le **clown** et la **Gestalt**

**Une voie pour mieux
se découvrir, s'accepter, s'aimer tel que l'on est**

Les dimanches

06 oct. 01 déc. 2019

12 janv, 08 mars, 17 mai, 14 juin 2020

De 9h30 à 18h

**Au CCA Le Millénaire
35 rue Saint Joseph
59110 La Madeleine**

Comment entrons-nous en contact avec nous-mêmes, les autres et notre environnement ? La Gestalt met l'accent sur la prise de conscience du processus en cours dans l'ici et maintenant de chaque situation, tout comme le clown qui est un être du présent.

La Gestalt et le clown réhabilitent le ressenti émotionnel et corporel. Leur alliance est un chemin pour se découvrir, s'accueillir, s'accepter puis s'aimer tel que l'on est.

Le clown peut tout dire. Dans le présent des situations de jeu, il s'agit d'apprendre à être à l'écoute de soi, de l'autre et de laisser advenir sans jugement ce qui émerge : émotions, sensations, sentiments, pensées, préoccupations, imaginaire, désirs.... De là vont apparaître nos différentes façons d'être au monde et des parts inconnues qui nous surprennent et nous enseignent.

Le clown c'est être ici et maintenant avec ce qui se passe et contacter toutes les parts de soi, oser le lâcher prise. C'est jouer de soi, rire de ses imperfections. Et ça libère.

La Gestalt vient en soutien pour prendre le temps d'explorer, ouvrir un espace de parole où les mots viendront faire sens et lien, accéder à d'autres possibles et à des ajustements créateurs.

Déroulement

- Création d'un climat ludique, d'un espace de confiance et de confidentialité qui seront favorables au lâcher prise, au dévoilement de Soi.
- Temps d'échauffement avec un travail d'ouverture du corps et du cœur.
- Propositions de situations de jeux et d'improvisations qui permettront à chacun d'explorer son être clown et d'expérimenter, à sa mesure, en son temps, avec ses ressources, d'autres chemins prometteurs de libération et d'évolution personnelle.
- Moments de parole et d'écoute avec une posture gestaltiste afin de faire des liens, donner du sens à ses expériences et s'équiper de façon consciente d'une palette plus large dans les relations à soi-même, aux autres et avec le monde.

Modalité d'inscription :

- *L'inscription est effective à la réception du ou des chèques dont le montant dépend de l'engagement à un, deux ou à trois ateliers et plus (voir fiche d'inscription)*
- *Tarif dégressif :*
 - *Chaque atelier pris individuellement : 115 €*
 - *L'engagement pour 2 ateliers : 105 € /par atelier*
 - *L'engagement à partir de 3 ateliers : 100 € /par atelier*