



Stage week-end non résidentiel à Lyon (Croix-Rousse)
Samedi 26 avril et dimanche 27 avril 2025
12 heures d'enseignement
AUCUN PRÉREQUIS - OUVERT A TOUS.TES

STAGE de BODY-MIND CENTERING® et LIFE ART PROCESS®

CONTENANT ET CONTENU
FONDER SA PRESENCE
DE L'INCORPORATION A L'EXPRESSION

Le contenant est la matière osseuse enveloppée par nos muscles ; le contenu, les organes protégés et reliés au contenant par les glissements et les suspensions des fascias.

Nos organes sont les réceptacles naturels de nos émotions, de nos aspirations au contact de la vie qui nous traverse.

Nos os, bougés par nos muscles, nous donnent forme, clarté, directions dans l'espace.

Depuis le support et le lien à la terre, nous inviterons, explorerons ce dialogue contenant/contenu, afin de toucher, de laisser circuler et laisser s'exprimer ce qui fonde notre présence dans l'instant, à nous-même, aux autres : laisser une intériorité, une authenticité prendre forme.

Nous initierons le mouvement à partir de chacun de ses systèmes, les ferons entrer en dialogue, grâce à une anatomie accessible, des expériences de touchers spécifiques, avec le soutien du dessin somatique, de l'improvisation.

Outils pour soutenir votre processus :

Le **Body-Mind Centering® (Bonnie Bainbridge Cohen)** est une anatomie expérimentale qui vous permet, par votre propre expérience en tant que sujet ressentant, de découvrir les différents systèmes du corps grâce au toucher, au mouvement. <https://www.soma-france.org/>

Dans le **Life Art Process® (Anna et Daria Halprin)** les espaces personnel, artistique sont reliés facilitant le changement et la transformation d'une vie riche d'expériences authentiques dans et hors studio. L'art informe notre vie, les expériences de vie soutiennent notre art. Et ce à travers notre corps. <https://www.tamalpafrance.org/>

Vos objectifs

- **laisser l'expression des organes, leur authenticité soutenir votre contenant pour que l'expression soit constructive, se transforme, aboutisse.**
- **mettre votre vitalité au service de vos choix de mouvements, au-delà des habitudes.**
- **intégrer votre ressenti, votre vie intérieure dans votre expression.**



Nathalie CHAZEAU

<http://www.danse-et-therapie.com/index.html>

Danseuse, éducatrice somatique en Body-Mind Centering®, praticienne Life Art Process® et thérapeute psychocorporelle (membre certifiée de la Société Française d'Analyse Bioénergétique de Paris), licenciée en Psychologie.

Sentir son corps, s'exprimer par son mouvement, sa créativité, faire de la place à son émotion, trouver ses propres mots, dans la relation à l'autre, à son environnement est l'essentiel de ma quête. J'accompagne cette traversée, la rend visible, créative en groupe ou en cabinet, depuis 10 ans, en séance individuel.

Actuellement, je danse avec les Cies Passaros, Strates ou lors de projets personnels sur scène et hors scène. Également, j'interviens auprès de tous publics sous formes d'ateliers, de stages/formations, de créations : INFIPP, Lieues, Fac de Médecine Lyon 1, formation Le sens du vivant... et rejoins l'équipe enseignante de Tamalpa France (niveau 2) et du CIFPr de Paris.



Anne EXPERT

<https://www.artssomatiques.com/>

Praticienne et formatrice certifiée en Body-Mind Centering®, danseuse et enseignante en Contact Improvisation, je chemine depuis les années 2000 avec les pratiques somatiques, aux sources d'un corps sensible, sujet, en mouvement et en relation.

Mon parcours professionnel se fonde sur une recherche artistique, une réflexion sur la transmission et une expérience approfondie de l'accompagnement individuel et de groupe. J'interviens au sein de stages, ateliers, programmes européens de certification en BMC® et initie la formation professionnelle en éducation somatique 'Matières, Arts Somatiques' depuis 2013.

J'ai à cœur de m'appuyer sur mon expérience de chaque instant, d'accompagner l'émergence de nos présences, le potentiel à « Etre ensemble », lorsque nous nous ancrons dans la conscience du corps.

[Body-Mind Centering® et BMC® sont des marques de service déposées, propriétés de Bonnie Bainbridge Cohen, utilisées avec permission.]

Horaires : Samedi 26 avril 2025 de 10h – 18h / Dimanche 27 avril 2025 de 10h – 17h

12 heures d'enseignement

Où : LIEUES, 32 rue des Tables claudiennes Lyon 1^{er}, métro (Ligne A) Hôtel de ville

Tarif en conscience : entre /solidaire/ **135** e. à /soutien/ **185** e. (pas de justificatif demandé).

Paiement de **40 euros d'arrhes** (virement) non remboursable après le 4 avril 2025.

Groupe de maximum 16 personnes

Informations et inscription

Nathalie Chazeau 06.77.11.76.29 / nathalie.chazeau@gmail.com

<http://www.danse-et-therapie.com/index.html>