

Atelier de développement personnel

Aucun prérequis, aucune recherche de performance, l'enjeu c'est Vous!

Vous et votre envie de vous exprimer, de vous aventurer dans une rencontre avec vous et avec les autres, par l'exploration du Clown et de tous ses fondements. Je propose une approche très progressive vers l'éveil du « **Clown** » qui est en chacun. Il émergera doucement dans l'accueil du groupe, le respect et l'écoute des possibilités de chaque participant, en différentes étapes :

Exploration du « corps-sensation », « corps-émotion », « corps-relation »

- Retour à l'instant présent
- Intériorisation, écoute de soi
- Ancrage et enracinement corporel
- Eveil des sens, des sensations et des émotions incarnées dans le corps
- Fluidité corporelle

Exploration et expression de soi dans des jeux collectifs sans nez rouge, S'ouvrir à l'écoute sensible de soi et de l'autre, à l'empathie corporelle et ludique, au regard,... dans des jeux structurés pouvant être accompagnés de musique.

Jeux Clown collectifs puis sur plateau.

Avec nez rouge, le plus petit masque pour se "dé-masquer" ! ... dans une dynamique d'improvisation préparée par le travail en amont.

Mon approche est centrée sur le processus des personnes, aussi ces différentes étapes varieront selon les besoins de chacun et du groupe. Des temps de parole ponctueront les journées, dans une écoute bienveillante du vécu singulier de chaque participant.



La Grange de la Barre



La salle de travail, sous les toits

Vous serez accueilli(e)s à la Grange de la Barre à Vers-en-Montagne, dans le Jura, dans une vaste maison traditionnelle restaurée avec soin.

Édith et Bruno Chignier vous ouvrent leur logis qui respire le calme et la bienveillance de ses hôtes. Ils vous accueilleront dans un écrin de verdure et vous prépareront des repas composés d'aliments issus de l'agriculture biologique et/ou locale.

Chambres à deux ou trois lits, possibilité d'1 chambre seule avec sup (10 € par nuit)

Les draps et linge de toilettes sont fournis.

Nos hôtes vous accueilleront le lundi 21 à partir de 14h, l'atelier commence à 15h.

Possibilité de nuit supplémentaire à la demande.



Prix de l'atelier en
pension complète: 440€
(240€ atelier, 200€ pension)

Bulletin d'inscription

Atelier limité à 8 personnes

Pour vous inscrire merci d'envoyer le bulletin joint à :

Magalie Klockenbring 20 chemin du Colombier 03250 Le Mayet de Montagne

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Tel :

Mail :

je m'inscris à l'atelier d'octobre 2024

Je partagerai une chambre à 2 ou 3

Je souhaite une chambre individuelle

Je joins à mon bulletin, 60 € d'arrhes

(arrhes qui ne seront pas débités avant l'atelier)

Allergies ou intolérances alimentaires:

Date et signature

Atelier Clown à Vers en Montagne (Jura)

animé par Magalie Klockenbring ClOwne relationnelle®

En Octobre 2024
Du lundi 21 (15h) au vendredi 25 (15h)

Atelier en résidentiel
et pension complète



www.atelierclown.com - ciefleurdelune@yahoo.fr Tél : 06 70 44 38 76