

stage *pour adultes*

UNI-VERS MANDALAS et créativité

11 et 12 avril 2016

à Vourles 69390

PRESENTATION

Dans ce stage nous cheminons dans l'**UNI-VERS** des **MANDALAS** qui permet de se recentrer, et aussi d'harmoniser les 2 hémisphères du cerveau et d'apprendre plus facilement. Nous réveillons notre enfant intérieur et notre créativité. Le stage sera enrichi par la verbalisation de notre vécu.



CONTENU



Danses en cercle (dances de la Paix Universelle, dances sacrées...)
Mandalas de corps créés en groupe
Mandalas d'apprentissages (scolaires ou autres)
Création avec divers matériaux (nature et autres)
Mandalas en 3D (construction)
Création diverses en groupe
Créations (seul-e puis à deux) pour mieux se connaître
Mandalas d'identité, de projets...
Ressourcement, Relaxation, Méditation

Ce stage s'adresse à tout adulte "accompagnant" d'enfants (parent, éducateur, enseignant, animateur ...) aux professionnels du bien être (professeur de yoga, sophrologue...) ainsi qu'aux personnes animant des "groupes détente" adultes (et personnes âgées), et à celles désirant faire un travail de développement personnel.

**TARIF
EXCEPTIONNEL**

Formatrice : **Patricia Bayard** vous transmet son expérience de 30 ans de pratique dans le domaine du yoga, de la relaxation et du développement personnel auprès des enfants, adolescents, adultes et personnes âgées.

Plus amples informations sur notre site : www.serelaxer.net

Tél Patricia au 05 81 06 11 59 ou 06.01.93.65.12 – serelaxer.net@gmail.com

Inscriptions : formulaire en ligne

Logement solidaire
Si vous avez un logement solidaire à proposer aux stagiaires venant de loin, merci de nous contacter

Cette action est soutenue par Graine d'Ecole