Cercle de
Mouvement Authentique

Ce cercle de ***Mouvement Authentique***[1] est un cycle d'ateliers proposant d'explorer le mouvement comme émergence d'une dynamique somato-psychique et relationnelle.

Dans la forme de base, une personne, les yeux fermés, se met à l'écoute de ses sensations, émotions et images et laisse émerger un mouvement visible ou invisible sous le regard d'un témoin immobile, au sein d'un groupe, sans le support d'une musique.

Cette phase de mouvement se prolonge par un partage verbal entre le « mouver » et le témoin.
Dans la phase suivante, les rôles des deux partenaires sont inversés.

Les origines

Le *Mouvement Authentique* (« Authentic Movement »), parfois nommé « Contemplative Dance » est né aux Etats-Unis dans le champ des danses-thérapies d'inspiration Jungienne. Cette pratique soutient des démarches de création artistique, d'exploration somatique, de thérapie psychocorporelle ou de recherche spirituelle (Janet Adler).

Composition du groupe

Ce groupe est réservé à des professionnels dont les fonctions nécessitent un engagement relationnel important : soignants, formateurs, managers, etc. et qui éprouvent le besoin d'un espace de ressourcement psychocorporel au sein d'un groupe de pairs.
L'intégration dans ce groupe se fait par cooptation afin que chaque participant puisse être à l'aise avec les autres membres du groupe.

[1] Développée aux USA notamment par Joan Chodorow, Alton Wasson et Janet Adler.

Dispositif

Le dispositif comporte 6 séances de 3h le dimanche matin dans une salle de la mairie et 5 séances de 2h le vendredi matin dans un espace privatif.

Une séance est maintenue s'il y a au minimum deux participantes.

Calendrier :

Dimanche de 9h30 à 12h30 (ou 12 h selon nombre de participants)

- 20 septembre (Salle Hibiscus, place Simone de Beauvoir)
- **22 novembre (Salle du Jardin des Plantes)**
- **17 janvier, 21 mars, 16 mai, 20 juin 2027 (Salle Hibiscus)**

Vendredi matin (horaire à préciser) au 13, rue de Mexico à Saint-Nazaire.

- 2 octobre
- **11 décembre**
- **26 février**
- **2 avril**
- **4 juillet**

Tarif : adhésion à l'association Elan Vie, 10€
Paiement pour l'ensemble du cycle : 210 €
Paiement à la séance : 35 €.
Réduction possible pour le soutien associatif.

Intervenant

Jacques Grandjean, praticien de *Mouvement Authentique,* psychopraticien en Relance de la Dynamique Personnelle®, formateur professionnel[2], animateur psychosociologue, coach professionnel certifié.

Renseignements et inscription

Jacques GRANDJEAN 06 83 30 66 76 / jh.grandjean@gmail.com

[2] Déclaration d'activité de formateur n° 11 75 44641 75 ; préfecture de région d'Ile-de-France.