



psychomotorik schweiz
psychomotricité suisse
psicomotricità svizzera



A l'occasion de la
**JOURNÉE EUROPÉENNE
DE LA PSYCHOMOTRICITÉ**

**Venez partager
un moment de
convivialité
en présence et en
mouvement**

Rendez-vous chez FOOOUND
Rue Jean-Dassier 7, 1201 Genève

Mardi 21 septembre 2021

Accueil dès 18h30

Atelier 19h-21h

Inscription par mail
section.ge@psychomotricite-suisse.ch
*réservé aux membres
**événement gratuit

Atelier en mouvement

REPÉRER ET REVISITER NOS TENDANCES POSTURALES ET NOS MISES EN FORME CORPORELLES CHRONIQUES

La dimension corporelle est permanente dans notre pratique professionnelle. Si le corps est compris comme un outil relationnel essentiel, cela nous oblige à porter notre attention sur ce que l'on génère dans nos mouvements, nos gestes, nos postures.

Nous savons en effet, combien notre attitude, notre mode d'être apparaît comme le révélateur, le modérateur ou l'amplificateur de la dynamique relationnelle. Il existe pourtant des mises en formes corporelles qui avec le temps, s'installent comme des habitudes et peuvent échapper à notre introspection.

Ce moment ludique d'expérimentation en groupe, s'intéresse tout particulièrement à ces tendances posturales récurrentes, à ces installations corporelles automatisées. Repérer ce qui relève de notre façon de fonctionner (styles moteurs), de nos « héritages » corporels, de notre morphologie ; accepter de sortir de nos appuis préférentiels ; déconstruire certains gestes pour mieux (re)visiter de nouvelles postures, contribue à développer la conscience de nos ressources corporelles et nos compétences d'adaptabilité.

Attention, cette expédition peut mener vers des contrées étonnantes et désopilantes !

Prenez avec vous une photo de famille, des pantoufles non confortables et beaucoup d'audace.