

IPSM : Intégration Psycho-Sensori-Motrice

Stage

Incarner la bienveillance

la douceur et conscience corporelle face aux peurs, angoisses, douleurs, trauma...
animé par Nicolas Ragot

À VIRE NORMANDIE (14)
au dojo du gymnase du Val de Vire
Rue André MALRAUX

Jeudi 13 août et vendredi 14 août 2026
14h00 à 17h00

Outils IPSM :

- Supports didactiques et pédagogiques à propos de réflexes, réponses somatiques aux émotions et trauma
- Notre point de vue sur l'apprentissage, la relaxation, la douceur, la vulnérabilité et la faiblesse
- Ateliers de pratique philosophique (ateliers de questionnement)
- Mise en mouvement seul et groupe, atelier de prise de conscience des tensions, raideurs, crispations face aux peurs, résignations, colères ...
- Développer des capacités plastiques, adaptatives, vicariantes, pour sortir des cycles victimaires
- Revenir au corps, aux mouvements, à l'action, aux sensations... **incarner** ! Nos actes sont nos émotions.

*Pensez à apporter une couverture,
oreiller, papier et crayon et
privilégiez une tenue ample et souple,*

Tarifs

L'atelier 30 €, les 2 ateliers 50 €
Tarif réduit 25 € les trois 40 €

☎ 07 49 01 92 98

✉ sansformenichemin@yahoo.fr

<https://www.sans-forme-ni-chemin.net>

