

« Utilise ta boussole intérieure dans le plaisir du mouvement »  
Une invitation à découvrir la PCI-Psychologie Corporelle Intégrative  
Du 30 octobre au 6 novembre 2021



**Accompagnatrice :** Brigitte Charlier

Une semaine dans la baie de Sataya, en Egypte, faite de rencontres magiques et joyeuses avec les dauphins, au cœur du vivant et de l'eau bleue ! Les journées seront rythmées sur ces rencontres et des moments à bord du bateau où vous aurez l'occasion de vous amuser en famille. Je vous proposerai des ateliers de mouvement, danse, rythme, des expériences ludiques de connexion à soi et aux autres.

**Détails et réservation :** Les ateliers sont synchronisés sur le groupe, et sur les dauphins. Seul ou en famille, vous pourrez voyager d'un monde à l'autre: celui des dauphins et celui des hommes, dans la spontanéité et le **plaisir du mouvement, à la recherche de votre boussole intérieure.**

-« Alors, on y va ? »

-« On y va, où ? »

-« A l'intérieur de Soi, avec le corps comme guide ! »

A l'aide de quelques outils corporels simples, à l'aide de jeux, de rythmes, et de découvertes en groupe ou en solitaire, je vous inviterai à mieux ressentir la présence de l'autre (loin-près), à s'abandonner-lâcher-prise (être une algue poussée par l'eau), à envahir et être envahi (dans le jeu), à regarder et être regardé (intensité), à être et rester présent à vous-même (ancrages), tout en s'appuyant sur le mouvement de la vie qui nous traverse.

Le matin, pour ceux qui le souhaitent, séances de respirations accompagnées de mouvements d'auto-ouverture.

Rien d'intellectuel; uniquement le mouvement, le jeu, l'acceptation de ressentir ce qui nous traverse, et surtout le plaisir de se sentir, vivants et en lien

*Brigitte Charlier est logopède, docteure en sciences psychologiques, et thérapeute en PCI, Psychologie Corporelle Intégrative ([www.ipci.be](http://www.ipci.be))*

*Elle offre, sous diverses formes, des opportunités de développement personnel, de relation d'aide ou d'accompagnement de chacun.  
(<http://www.brigittecharlier.weebly.com>)*