L’association

Thérapie :

-Danse Thérapie : Activités de bien-être par l'expression et le mouvement par diverses techniques de danse et de thérapie somatique et psychocorporelle.

-Art-Thérapie : Utilisation de différents médiums artistiques pour faciliter l’expression :

Arts-plastiques (peinture, dessin, collage, terre cuite, etc.), théâtre, écriture….

Médiation artistique :

-Rendre accessible à tous l’expression par l’art autour d’un projet de pratique artistique

Compagnie de danse-thérapie et inclusive :

-Espace de création et de projets de danse

Accompagnement/Pair-aidance :

-Sensibiliser à la santé, au handicap et à la santé mentale.

-Accompagner

Le Cadre de mon travail

Mon travail est de faire des propositions artistiques, à partir des spécificités de chacun.  
L’art-thérapie est avant tout un soin où le thérapeute s’engage avec le patient vers un chemin de transformation adapté.  
Le thérapeute est garant du cadre, de la sécurité, du respect, de l’écoute, de confiance, de la bienveillance et de la confidentialité des séances (et en lien avec les équipes pluridisciplinaires).  
Dans cet espace-temps, la place est laissée à l’expression des ressentis par l'art et la danse.  
C'est une parenthèse dans leur vie/leur quotidien ou dans leur soin.  
La contenance du cadre sécurise les patients et leur permet d’expérimenter un cheminement personnel permettant de se développer hors du cadre de l’art-thérapie.  
Le cadre sécurise et permet le travail.  
Le groupe permet de travailler les relations, être avec les autres, tout en ayant une approche individualisée dans les propositions de groupe.  
Dans une mise en mouvement douce, basée sur la perception, dans la recherche de sensations, d’écoute de soi et de conscience corporelle à base d’exercices ludiques et de propositions variées

Compagnie de Danse

Compagnie de danse-thérapie et inclusive

Projets artistiques de sensibilisation et de témoignage à la santé mentale.