

*Véronique PIOCH*

Créatrice de la pratique *Danser Être Dansé®*.

Danseuse. Psychothérapeute biodynamique.  
Formatrice à l'école de psychologie biodynamique.

Son parcours en tant qu'enseignante  
depuis 35 ans dans la danse contemporaine,  
la recherche d'une expression authentique par  
le corps, sa pratique des arts martiaux  
(tai-chi-chuan, aikido), de la méditation,  
de la danse médecine à la Transedanse,  
l'amènent aujourd'hui dans  
une proposition toute singulière qui allie  
les espaces créatifs, spirituels et thérapeutiques.

En passant par les neurosciences et le chamanisme,  
la vision d'une dimension quantique de la conscience,  
sa recherche s'axe sur un modèle de  
compréhension global et ouvert de l'être.  
La danse, les explorations avec la nature et les éléments,  
les voyages en états de conscience modifiés sont des  
invitations  
à s'ouvrir à son potentiel créateur  
ainsi qu'à sa véritable nature,  
à la fois unique et multidimensionnelle.

Son travail est une invitation sans cesse  
renouvelée à danser sa vie :  
Accorder encore et encore  
l'instrument que nous sommes,  
descendre au cœur de son corps,  
se relier à ses sens  
et laisser danser son âme.

*Danser Être Dansé*

*Au pays de la confiance  
et de l'estime de soi*



*Groupe Continu 2021*

*Cycle de 3 week-ends*

*avec*

*Véronique Pioch*

## *Au pays de la confiance et de l'estime de soi*

Tout est là en nous, il ne nous reste plus qu'à nous ouvrir à nous-même, basculer vers une nouvelle perception de nos capacités. Pour cela, nous avons besoin de ces deux ressources capitales : la confiance et l'estime de soi.

Comment creuser ce sillon intérieur qui nous permet de pouvoir s'appuyer en soi, s'en référer d'abord à sa force, son intuition, à cette voix intérieure : celle qui sait !

Comment retrouver ce bon regard sur soi-même ? Notre niveau d'estime est souvent lié à l'écart qui existe entre l'image idéalisée de soi, celle qui a été nourrie par des récits, par des attentes et ce que l'on est vraiment. Plus cet écart est important, plus le niveau d'estime a tendance à baisser.

Avant de faire grandir notre estime de nous-mêmes il convient de faire place nette et de se sentir disponible, voire libéré de certaines croyances.

La danse et le mouvement, alliés aux pratiques chamaniques ainsi qu'aux explorations avec l'imagination active nous permettrons de voyager à la source de tout le potentiel inscrit dans notre corps. Changer de point de vue, se placer dans une conscience plus large de soi et du monde.

Se relier à cette grande toile de l'humain et co-crée au sein de ce Cercle sacré, cet espace contenant et soutenant afin de réactiver sa force vitale originelle. Donner une terre, de l'eau, du feu, de l'air, de la lumière et de la conscience à toutes les graines plantées. De tout son souffle, Danser et être dansé !

## *Questions pratiques*

**Dates** : 12-13-14 mars 2021 (2 jours et  $\frac{1}{2}$ )  
9-10-11 avril 2021 (2 jours et  $\frac{1}{2}$ )  
13-14-15-16 mai 2021 (3 jours et  $\frac{1}{2}$ )

**Lieu** : La Clé de Sol  
1145 chemin des Marais 26260 MARSZAZ  
Tel : 06 76 64 96 41 - catherineetrolandmuller.fr

**Horaires** : du vendredi 18h au dimanche 17h pour les 2 premiers WE (2 jours et demi) et du jeudi 18h au dimanche 17h pour le 3<sup>ème</sup> WE (3 jours et demi)

**Tarif** : - 690 € le cycle si inscription avant le 10 janvier 2020 (réglable en 3 fois)  
- 725 € si inscription après le 10 janvier

**Hébergement** : draps fournis  
- en dortoirs : 22 € la nuit  
- en chambre partagée : 28 € la nuit  
- en chambre solo : 41 € la nuit  
Repas partagés avec ce que chacun amène.

**Inscriptions** : envoyer un chèque d'arrhes de 190 € à Yvonne GRAS à l'ordre de « Pioch » : (chèque non remboursable après le 1<sup>er</sup> mars 2021)

**Renseignements** : Yvonne GRAS :  
06 05 18 55 36 / veroniquepiochdanse@gmail.com

**Informations complémentaires** :

V. Pioch : 06 16 38 64 31

En cas d'arrêt en cours du cycle, celui-ci ne pourra être remboursé

## *Bulletin d'inscription*

Nom :  
Date de naissance :  
Adresse :

Tel :  
Portable :

Mail :

J'ai connu ce stage par :

Je m'inscris au cycle de 3 week-ends 2021

Je réserve un hébergement :  
 en dortoir  
 en chambre à 2  
 en chambre seule

Je joins un chèque de 190 € d'arrhes à l'ordre de « Pioch » (non remboursable après le 1<sup>er</sup> mars 2021)

**à renvoyer à** : Yvonne GRAS  
1585 chemin des Solans 13400 AUBAGNE

Signature :