

Stage animé par François Combeau en 2017 à Concarneau

“Ouvert sur le Monde qui nous entoure”

DATES : du vendredi 22 septembre au dimanche 24 septembre 2017

HORAIRES : vendredi de 14h à 19h, samedi de 10h à 17h et dimanche de 10h à 14h30

LIEU : Concarneau, Salle du CAC

CONTENU :

Nous vivons, respirons, nous déplaçons, agissons ... dans le monde qui nous entoure, un monde d'une infinie richesse et par là même d'une grande complexité.

Nous ne pouvons pas vivre recroquevillés sur nous-mêmes, séparés de lui, nous sommes ce monde et ne pouvons exister sans lui.

Se développer intérieurement, apprendre à mieux s'organiser pour agir, pour vivre son quotidien, améliorer ses performances, son efficacité ...c'est un processus qui n'a de sens que si ces développements nous permettent un réel ajustement par rapport à ce qui nous entoure. L'essentiel est bien d'être toujours en interaction dynamique avec le monde dans lequel nous évoluons, à la fois nourris et influencés par lui, et aussi conscients des conséquences de nos actions sur notre environnement.

Nous le sommes grâce à nos sens en éveil, mais aussi par la présence et la disponibilité de tout notre être, quelles que soient nos pensées, nos actions, quel que soit aussi notre état émotionnel du moment.

Grâce au champ de nos perceptions sensorielles, nous habitons ce monde palpable. Cette relation permanente nourrit et colore nos actions et créations quotidiennes, en même temps qu'elle nous permet de les développer dans un espace ouvert et plus vivant.

Le "champ sensoriel" devient le champ d'action dans lequel se développent nos mouvements, notre voix, notre respiration et une communication vraie avec les autres, et avec nous-même.

Comment agir tout en restant à l'écoute, comment être pleinement ce que nous faisons et en même temps tout entier dans cette interaction nourrissante du dedans/dehors ?

Quels sont les outils de cette interaction, comment les développer ?

Par ailleurs, dans cette relation à l'environnement et aux autres, nous sommes comme une grande cellule. Celle-ci, en fonction des situations qui nous sont proposées, de la perception que nous en avons, et de nos états intérieurs, se dilate ou se rétracte, s'ouvre ou se ferme, globalement ou en partie.

Comment s'expriment ces tendances ? Comment les découvrir, pour mieux les reconnaître, avec leurs développements et par là même nous permettre de ne pas nous y enfermer... ?

ANIMATEUR : François Combeau, Pédagogue du mouvement et de la voix, Praticien et Formateur de la méthode Feldenkrais (Prise de Conscience par le Mouvement)

FRAIS PÉDAGOGIQUES : 230 E adhérents / 260 E non adhérents

NOMBRE DE STAGIAIRES ATTENDUS : 30/35 personnes

PUBLIC CONCERNÉ : Ce séminaire s'adresse aux thérapeutes et pédagogues de la voix et du mouvement, Artistes (danseurs, musiciens, comédiens), éducateurs d'enfants, enseignants des disciplines artistiques et sportives, praticiens Feldenkrais, kinésithérapeutes et psychomotriciens, etc...