

Weekend Ressourcement et Créativité en Gruyère, du 7 au 9 février 2025

Animé par Véronique Clerc

Journal Créatif®, Mouvement et Écriture



Un week end pour se connecter à soi et nourrir sa créativité,

Au programme :

Temps de mouvement , danse, expression, pour être pleinement dans son corps,
Temps de créations, écriture, couleurs, collages, sur des thèmes donnés, avec des jeux et des exercices déclencheurs,

Temps de jeu(x) et d'explorations dehors et/ou dedans, selon dame météo, pour affiner ses perceptions, ses sensations,

Temps pour soi et temps d'échanges avec les autres, en douceur et dans la bienveillance, le groupe comme soutien et témoin.

Informations pratiques

Lieu : Chalet Saint Paul, CH - 1634 La Roche

Horaires : du vendredi 7 février à 11h au dimanche 9 février à 17h.

Nombre de participant-es : 12 max

Prix animation CHF 350.- / CHF 320.- si inscription et paiement avant le 6 Janvier 2025

Prix hébergement (2 nuits en chambres individuelles) : CHF 140.-

Les repas se feront en autogestion.

Informations et inscriptions : Véronique Clerc veroclerc@gmail.com 022 340 12 58 & 079 628 05 43



Croire et donner de la valeur à ce qui nous constitue, et qui nous ouvre à plus grand.

Pour qui , pourquoi ?

Week end ouvert à toutes et tous. Pas besoin d'être un.e artiste confirmé.e pour exprimer sa créativité. Tout être humain a accès à ses richesses intérieures, pour peu qu'on se donne un peu de temps, un peu d'espace et quelques autorisations.

Lors de ce week end il vous est proposé de remettre du mouvement, de la couleur et des mots à ce foisonnement qui fait votre singularité.

Les processus créatifs nous mettent en lien avec notre intériorité et stimulent nos élans de vie. Ils permettent des transformations, soutiennent nos cheminements personnels, apportent des éclairages, des nouvelles perspectives, et de la confiance, en rendant visibles ce que l'on porte en soi.

Véronique Clerc anime depuis plus de 25 ans des ateliers sur la rencontre de son-sa propre clown-e. et elle offre des formations variées en lien avec la créativité, le jeu, la dynamique de groupe et l'expression de soi.

Elle s'est formée à l'art du clown et à de nombreuses approches corporelles, vocales et psychospirituelles. Elle est titulaire d'un brevet de formatrice d'adultes, certifiée en Journal Créatif® et termine bientôt sa formation Neurodanse©. Véronique propose un accompagnement doux, enthousiaste et rigoureux.



Informations et inscriptions : Véronique Clerc veroclerc@gmail.com 022 340 12 58 & 079 628 05 43