

De terre inconnue en terrain connu.



Association Nouveau Regard
Nathalie LE BRUN Bailly
Ergothérapeute DE. Sophrologue FEPS.
Sculpteur
06.23.10.05.85
www.atelierssophrologie.fr

Ateliers Autrement



Nathalie Le Brun-Bailly
Ergothérapeute - Sophrologue - Sculpteur

Les Ateliers AUTREMENT

sont créés à partir :

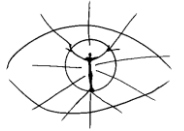
- de la pratique de la **sophrologie** (processus de prises de conscience et d'intégration)
- des outils de l'**ergothérapie** (étude et analyse fonctionnelle du corps dans la posture et le mouvement, analyse de situation)
- de l'enrichissement des sens et perceptions que m'a offert ma **malvoyance** dans mon parcours de professionnel de santé et dans celui de sculpteur.



Ces chemins parallèles et croisés ont dessiné une route claire et lumineuse sur laquelle j'ai plaisir à inviter l'Humain qui s'intéresse à faire vivre le corps en chair ou en matière.



MODULE IMAGE DE SOI



Pour les personnes souffrant de timidité, d'inhibition dans les relations, manque de confiance...

Etre bien dans son corps, pouvoir accueillir ses émotions, être en cohérence avec Soi :

LA FORMULE-ANTIDOTE DU STRESS !

Ateliers permettant de renforcer l'axe physique (ancrage et verticalité) et psychique (gestion des émotions, choix et intention) dans la bienveillance à soi.

Relaxation dynamique. Exercices corporels et d'expression.

**Vers une Présence à Soi agréable, de qualité
pour une Présence sereine à l'Autre et au monde**

Accompagnement individuel ou de groupe.

