

Master Class Mû Médecine 2024

*« Danser pour prendre soin :
vers une pratique humaniste et poétique en santé »*




Séjour immersif mêlant théorie et pratiques corporelles
Du 16 au 20 Mars 2024 (5 jours - 4 nuits)

- OBJECTIFS**
- Comprendre la dimension des pratiques incarnées selon Varela et le lien danse - méditation - soin
 - Qu'est - ce que mon corps de soignant me raconte ?
Comment le mouvement permet d'appréhender la dimension clinique du corps ?
 - Développer le ressenti corporel à travers la pratique de la danse et travailler sur les postures physiques adaptées dans la relation de soin
 - Développer le savoir être : l'Art de l'écoute, régulation émotionnelle, posture(s), motivations et joie

Professionnel·les de santé, étudiants en santé, enseignants, pratiquants des interventions non médicamenteuses (Yoga, massage, Mind-body...), artistes et toutes personnes curieuses et attirées par la proposition.

QUI ?

Inscriptions :
contact.mu.medecine@gmail.com
 [mu.medecine](https://www.instagram.com/mu.medecine)

PEDAGOGIE

Apprentissage socio-émotionnel, expérientiel, écologique, transformatif
En groupe

ATELIERS PRATIQUES , TECHNIQUES UTILISEES

I-BMC Créé par Bonnie Bainbridge Cohen, C'est une approche innovante de la santé par le mouvement et le senti corporel

II-Mouvement libre inspiré de la danse contemporaine

III-Danse contact/Improvisation

IV-Métissage de plusieurs Danses et méditation pleine conscience

Les ateliers sont centrés sur écoute, ressources internes, contact à l'autre, limites, poésie du geste, écriture instantanée, plaisir du jeu

APPORTS THEORIQUES

Bonnie Bainbridge Cohen *Sentir, ressentir, agir*

France Schott Billmann *Le besoin de danser*

Kepner *Le corps retrouvé en psychothérapie*

Van der Klock *Le corps n'oublie rien*

Benoit Lesage *La danse dans le processus thérapeutique*

Francisco Varela *La cognition incarnée*

Juju Alishina *Le corps prêt à danser*

Gérard Kurkdjian *Méditation musicale*

Jocelyne Vaysse *Quand la danse guérit - La danse thérapie*

Eckart Tolle *L'art du calme intérieur*

Francisco Varela - Eva Thompson - Eleanor Rosch *L'inscription corporelle du corps*

ENSEIGNANTS

Nadège Bonneton, danseuse, médecin, thérapeute

Formée à la prise en charge des violences sexuelles et intra-familiales et à la psychogénéalogie, j'exerce mon métier essentiellement en centre de santé sexuelle, où les postures d'écoute et l'approche holistique du soin, sont au cœur de ma pratique. Animée par la santé globale des femmes et le lien parents-bébés, ma pratique se nourrit de la rencontre humaine avant tout. Danseuse depuis mes 15 ans, formée à la danse thérapie et à l'accompagnement par le mouvement, ces pratiques s'intègrent progressivement dans mon activité de médecin et thérapeute : j'anime des ateliers auprès de soignants et de femmes victimes de trauma.

Pascale Soussan, danseuse, médiatrice, thérapeute familiale

Médiateur familial depuis 2004, en 2008, j'ai fait le choix de créer ma propre structure en élargissant mon champ d'intervention et en me formant à la Thérapie Familiale Systémique tout en découvrant la méditation de pleine conscience. Depuis, j'ai approfondi les thérapies qui intègrent la pleine conscience et la psychologie positive pour terminer en me formant à la sophrologie et le yoga afin d'intervenir au mieux en Santé Corps / Esprit et mon expérience de la danse à proposer des ateliers d'Art Thérapie.

Cloé Brami, médecin, chercheuse, et enseignante de méditation

Fondatrice de Mû médecine, elle a dansé pendant plus de 15 ans, de l'enfance à l'adolescence avant d'entrer en faculté de médecine. Elle retrouve dans chaque geste médical le lien entre le mouvement du corps et le mouvement du soin. Ainsi faisant des pont entre la philosophie des pratiques incarnées, et de l'éthique du care, elle apportera un regard en science humaines et sociale sur le lien entre danse, médecine, santé intégrative.,

Cécile Brousse, danseuse, chorégraphe, pédagogue

Après avoir étudié la danse classique et contemporaine au Conservatoire royal de Madrid et le théâtre au Conservatoire Erik Satie à Paris, elle a complété son apprentissage par des stages avec la Trisha Brown Dance Company, Julyen Hamilton et David Zambrano, entre autres. Elle est diplômée du Master en pratique scénique et culture visuelle de l'Université de Castilla la Mancha et du Musée Reina Sofia de Madrid. Elle est également praticienne en Body Mind Centering, une pratique somatique qui étudie les systèmes du corps, la dynamique de la perception et les étapes du développement (coordinations).

Son activité de danseuse s'articule depuis de nombreuses années autour de 3 pôles : interprète auprès de plusieurs compagnies (Agraphmobil, Artincidence, Danaïades, L'âme de Fonds...), chorégraphe pour sa propre compagnie Abscisse et ordonnée ou en collaboration (auprès de Julie NIOCHE, compagnie A.I.M.E et de CUQUI JEREZ), et enfin pédagogue invitée dans différentes institutions (APF, Ateliers de Paris, scène nationale de Cergy-Pontoise...).



MODALITES

Lieu : La ferme de Divali - Saint Hilaire en Morvan, dans le Parc naturel du Morvan.

Alimentation : Végétarienne et biologique, du jardin selon les saisons, eau filtrée, pas d'alcool.

Tarifs formations : 590 € prise en charge individuelle / 720 € avec prise en charge professionnelle

Tarifs Hébergement et pension complète : chambre double : 295 € / Seule : 375 €

Transport : Information sur le site : <https://www.cureayurvediquefrance.com/>
Possibilités d'organiser un taxi partagé à partir de la gare de Nevers.
Plus d'informations sur les transports seront données à partir du 10 Janvier 2024.



Durée : 4 nuits - 5 jours du 16 au 20 Mars 2024

Début : le Samedi 16/03 à 14h00 **Fin :** le mercredi 20.03 à 12 h (déjeuner pic nique)

Horaires classes J2-J3-J4 : 9h30/12h30 15h/18h 20h-21h

Pré-requis : Un certificat médical de pratique d'activité physique peut être demandé.

Modalité d'accès : Mail Formation contact.mu.medecine@gmail.com

la fiche d'inscription vous sera envoyée ainsi que les modalités.

Délais d'accès : 15 jours avant la début de la formation