

Bulletin d'inscription  
pour l'  
**Atelier**  
*Danse folk à visée thérapeutique*

M. Mme .....

Prénom.....

Adresse.....  
.....

Profession.....

Tel.....

email.....

Mention écrite : *«J'ai pris connaissance des conditions d'inscription et je les accepte»*

Date

Signature



**A renvoyer à**  
Secrétariat IFGT : 305 route du Chemin Court  
33240 St Romain la Virvée  
Tel 05 57 58 29 70  
Mail [ifgt@orange.fr](mailto:ifgt@orange.fr)  
Site [www.gestalt-ifgt.com](http://www.gestalt-ifgt.com)  
Formation continue n° 72 33 003 09 33  
Siret 323 813 022 00072- NAF : 8559A

**Institut Français de Gestalt-thérapie**



**BORDEAUX**

**2024**

**Atelier**

**Danse Folk**  
**Atelier**  
à visée  
*thérapeutique*

*avec*

**Cyril Collas**



**Institut français de Gestalt-thérapie**  
Siège social : 19 rue St Siméon  
33000 Bordeaux  
Tel 05 57 58 29 70  
Mail [ifgt@orange.fr](mailto:ifgt@orange.fr)  
Site [www.gestalt-ifgt.com](http://www.gestalt-ifgt.com)  
Formation continue n° 72 33 003 09 33  
Siret 323 813 022 00072- NAF : 8559A

## Danse folk

### Atelier à visée thérapeutique

La danse folk constitue, en elle-même, un cadre d'expérience sécurisant. Ses chorégraphies codifient par nature la rencontre des danseurs. La danse se fait généralement avec un ou plusieurs partenaires, qui auront un contact corporel proche.

Cette expérience de partage de l'espace social intime est rendu possible par le fait que l'individu évolue dans un groupe de «danse», dont l'une des finalités est de créer du lien. En outre, la durée d'une danse est limitée. La relation aux autres danseurs est donc brève. Elle demeure conviviale et reste confiante, car l'animateur veille, pendant chaque danse et au cours des séquences d'explicitation, à ce que l'expérience ne donne lieu à aucun jugement.

Par ailleurs chacun reste libre de son expérience, de choisir d'inviter un danseur ou de refuser une invitation, de sentir et d'exprimer ses limites, sa distance aux autres, de respecter son rythme personnel dans un rythme collectif.

L'animateur est en permanence garant du respect de ce cadre thérapeutique, cadre rappelé au début de chaque atelier.

L'atelier suit une progression sur deux axes :

- du collectif à l'individuel (danse de groupe à danse de couple)
- des apprentissages chorégraphiques à l'acquisition d'une posture corporelle.

### FORMATEUR

#### Cyril COLLAS

*Gestalt-thérapeute et danseur, formateur et transmetteur en danse traditionnelle, Cyril Collas est convaincu que la danse folk favorise le déploiement de soi au contact des autres. Il propose, dans cet esprit, un support d'expérimentation différent dans l'accompagnement des patients par la pratique de la danse folk.*  
*Certifié de l'Ecole parisienne de Gestalt.*

Contact @cyril-collas.fr

### LIEU

*Espace Choeur et voix*  
*42 Cours de la Martinique 33000 Bordeaux*

### HORAIRES

1er jour : 10h30 à 18h30  
2e jour : 9h30 à 18h  
Soirée le samedi soir 20h30-22h30

## OBJECTIFS

- L'atelier permet à chacun d'explorer son expérience de contact avec les autres :
- comment être en lien (*mains, regard*)
  - que donne à vivre le regard des autres
  - comment sentir ses limites et les exprimer
  - comment trouver sa place dans le groupe
  - comment respecter son rythme
  - s'autorise-t-on au plaisir ?
  - quel rapport à l'apprentissage ?

## METHODOLOGIE

L'atelier : une danse à 3 temps  
Avant de commencer l'atelier, chacun exprime ce avec quoi il arrive. L'animateur pose le cadre. En fin d'atelier, chacun exprime ce avec quoi il repart, pour déposer ce qui pèse et repartir avec du nouveau.

**L'apprentissage** : Temps qui permet aux participants d'apprendre le pas de base d'une danse.

**L'expérimentation** : Chaque personne choisit, selon ses envies et ses limites, la forme qui lui convient pour expérimenter (danser) et éprouver ses ressentis corporels et émotionnels.

**L'explicitation** : ce temps de partage est consacré à déplier, en verbalisant, ce que chacun a vécu pendant l'apprentissage et l'expérimentation.

## PUBLIC

L'atelier s'adresse à toutes et tous. Il est parfaitement adapté aux personnes rencontrant des difficultés de contact avec soi ou avec les autres, et/ou dans l'apprentissage d'une danse. Cet atelier peut aussi être pertinent pour les transmetteurs en danse intéressés à explorer les enjeux développementaux et psycho affectifs dans un cadre de danse.

## EFFECTIF

20 personnes

## DATES

**20-21 avril 2024**

**6-7 juillet 2024**

## TARIF

220 € les deux journées

## ACCESSIBILITE HANDICAP

Si vous êtes dans une situation de handicap, nous vous invitons à contacter notre référent handicap :

Dr Hervé Cabrol

mail dr.herve.cabrol@wanadoo.fr tel 05 46 99 61 11