

DANSE THERAPIE

LES ATELIERS KRYSALIDE



A C C O M P A G N E M E N T
I N D I V I D U E L

Un accompagnement individuel personnalisé
pour vous aider : à mieux comprendre vos émotions,
à exprimer des sentiments difficiles à mettre en mots,
à développer des compétences de résolution, à renforcer l'estime
de soi

et à favoriser la relaxation et le bien-être général.
Vous libérer, vous déployer et rayonner tel que vous êtes.

Aucune compétence artistique est nécessaire
l'accent est mis sur le processus, le chemin plutôt que sur le résultat.

Tel un guide, un facilitateur, l'art thérapeute encourage
votre expression à travers la danse : le mouvement, la sensorialité
mais aussi le dessin, l'écriture, la parole.

Lieu : Le Centre de Soi, 26 Allée Champs Dinard
86440 Migné Auxances

Tarif à définir ensemble selon le nombre de séances .
Un premier rendez-vous téléphonique vous est offert.

Appelez !

Karine Jamet / Danse Therapeute

06/60/47/59/93



www.krysalide.net
krysalide.infos@gmail.com

TEMOIGNAGE

★★★★★ il y a un mois

Karine est une thérapeute très compétente sur laquelle vous pouvez compter.

En arrêt suite à un épuisement professionnel, je me suis tournée vers la danse thérapie proposée par Karine.

J avais besoin d un encadrement spécifique, individuel, afin de me retrouver.

Après un échange approfondi pour cerner mes besoins et mes attentes, Karine a élaboré un programme individualisé (les musiques sont aussi personnalisées) . C est ainsi qu avec son accompagnement d une grande bienveillance j ai repris contact avec mes sensations, j ai traduit mes émotions en gestes et en mouvements : je me suis retrouvée. En dansant sous le regard de Karine et avec elle-oui, elle dansait avec moi, jamais je ne me suis sentie seule !) , c est toute une harmonie qui s est établie (et rétablie) en moi et qui rejailit toujours à présent sur ma vie quotidienne.

Karine, tu fais partie de ces belles personnes à rencontrer. Merci, merci infiniment pour tes compétences de thérapeute, ta sérénité et ton ouverture aux autres.

Visité en janvier



1