



Médiation psychocorporelle


LES OBJECTIFS

- ▶ Réinvestir le corps par le biais d'exercices corpo-sensoriel
- ▶ Remettre en lien le corps et l'esprit
- ▶ Faire émerger le vécu émotionnel, les souvenirs afin de reconstruire une narration de l'histoire de vie
- ▶ Développer la capacité à se sécuriser

 **Sidonie Alt** | psychologue

 Centre de Lausanne
Avenue des Mousquines 4 | CH-1005 Lausanne

Ce groupe nécessite une prescription spécifique

 10 participants
 Groupe actif toute l'année
 Les mercredis | 17h00 – 18h00