



Stage Méditation & Écriture – 31 oct. / 03 nov. 2019

Le stage propose une rencontre entre vous et votre écriture, entre la méditation Pleine Présence® et votre écriture sensible !

Lieu	Les jardins de DANA , Rue chaussée 79, 6230 Pont-à-Celles (voir le site : lesjardinsdedana.be)
Dates	Du jeudi 31 octobre, 09h30, au dimanche 03 novembre, 13h
Nombre de participants	8/10 participant.e.s maximum
Tarif	310 € TTC (290€ si inscription avant le 10 octobre)

Vos envies

- Vous voulez vous lancer dans l'écriture mais vous ne savez pas comment vous y prendre
- Vous souhaitez renouveler votre écriture au quotidien
- Vous cherchez à mieux traduire vos ressentis, émotions, élans dans votre écriture

Je vous propose de :

- enrichir votre pratique du Sensible avec l'outil de l'écriture ;
- découvrir une écriture libérée en lien avec votre profondeur ;
- dépasser vos obstacles et trouver vos ressources singulières.

Déroulé

Matin

- Pratique méditative et écriture libre
- Pratique d'éveil corporel
- Jeux d'écriture en atelier

Après-midi

- Exploration sensorielle et écriture
- Pratiques d'écriture et retours
- Outils d'écriture

Méthodologie

La méthodologie s'appuie sur les outils de la Pédagogie Perceptive® et les techniques d'ateliers d'écriture pour construire pas à pas votre posture d'écrivain :

- Redécouvrir votre authenticité en lien avec votre intériorité
- Assumer votre autorité dans votre écriture
- Déployer votre expression, du ressenti à la mise en mots, des mots à l'écriture

De votre écriture à votre posture intérieure, devenez pleinement Auteur !



Didier Austray est coach en écriture individuelle et collaborative et formateur en Pédagogie Perceptive®

Renseignements, Didier Austray :
06 82 12 09 79 ou didier.austray@gmail.com
Site : didier-austray.fr

Inscriptions auprès de Delphine Gérard :
Tél : +32 496 72 89 72
Mail : expression@delphinegerard.be

Oui, l'écriture s'apprend, se découvre et se goûte !

Oui, l'invisible est aussi une force nourrissant notre écriture !

Oui, l'écriture nous construit et déploie notre authenticité !