

Week-end expérimental

«Gravir l'échelle des sept chakras majeurs»

Danse sacrée contemporaine, yoga, voix et improvisation



Avec Poumi Lescaut

Danseuse, chorégraphe, chanteuse, peintre et thérapeute

Chemin-Dessus – Valais

Vendredi 16 (soir), samedi 17 et dimanche 18 mars 2012

«La reconnaissance du sacré en soi et dans l'Autre est la clé de la transformation de la société, qui ne peut fonctionner avec une seule vue matérialiste.»

Poumi Lescaut

Véritable voyage hors espace et temps, ce week-end est une invitation à contacter l'immuable et le Soi, notre identité véritable dans son processus d'individuation.

Pour cela, une mise en scène sera proposée, point de départ du voyage intérieur que nous allons expérimenter individuellement et collectivement en laissant la mémoire du corps s'exprimer librement et hors du mental. Il s'agira aussi d'aller à la rencontre de l'Autre dans son espace sacré, de nourrir l'âme, le cœur et le corps.

Ce stage est un temps pour prendre soin de soi, où l'on se prépare avec le yoga dynamique Kundalini, la danse sacrée contemporaine et l'atelier de créativité pour élever le niveau énergétique qui préserve la santé et contacter le «guérisseur» intérieur.

Poumi Lescaut



Artiste pluridisciplinaire, Poumi Lescaut se passionne dès son plus jeune âge pour le sens de la vie, la danse et la mise en scène à l'enseigne d'une quête spirituelle non religieuse, expérimentant très tôt la dimension thérapeutique de la pratique artistique.

Passionnée par la mémoire du corps et les énergies qui l'habitent, elle propose de naviguer de «la petite histoire» à «la grande histoire», personnelle et collective.

Membre du Club de Budapest, association internationale de réflexion sur l'évolution de la conscience planétaire, où elle anime des ateliers de créativité, cette ancienne danseuse chez Bèjart a signé plusieurs ouvrages, dont *Le nuage amoureux*,

recueil de contes relatifs à ses nombreux voyages dans le monde, en Inde notamment.

Elle fait également partie du GERPA, groupe d'études et de recherche sur les travaux de C.G. Jung en psychologie analytique.

Longtemps directrice de sa propre compagnie de danse avec laquelle elle monte une vingtaine de créations, Poumi Lescaut est encore l'auteur et interprète de cinq CD de chants indiens et tibétains qu'elle présente aussi en concert.

Pour en savoir plus: www.poumi.com



**Participation au stage
(par personne, hors
hébergement): Fr. 380.-**

**Hébergement (par
personne, pour
l'ensemble du séjour, en
pension complète):**

**Fr. 330.- (en chambre
individuelle)**

**Fr. 220.- (en chambre
double)**

**Fr. 180.- (en chambre à
trois ou quatre lits)**

Notre lieu de résidence (ci-dessus, notre salle de travail):

Hôtel Beau-Site – 1927 Chemin-Dessus (VS) / Tél. +41 (0)27 722 81 64 – www.chemin.ch

Cuisine végétarienne biologique. Particularités alimentaires (régimes spéciaux, restrictions médicales, etc.) sur demande préalable directement auprès de l'hôtel.

Accueil et formalités: vendredi entre 17:00 et 19:00. Fin du stage: dimanche vers 16:00.

Nombre de participants limité!

Inscriptions (effectives à réception des Fr. 100.- d'arrhes* – non remboursables pour désistement au-delà du 17 février 2012):

Jef Gianadda: Tél./fax: +41 (0)26 653 05 53 jefgianadda@bluewin.ch

*Banque Raiffeisen 1950 Sion et région CH43 8057 2000 0031 3627 6, titulaire Jef Gianadda.

Renseignements sur le contenu du stage:

Poumi Lescaut: 0033 (0)1 45 82 08 70 poumi.l@poumi.com