



## Un concept unique d'ateliers d'expression corporelle!

**Tout d'abord logopède, graphothérapeute et maître de formation pratique à l'institut libre Marie Haps de Bruxelles, Coralie Detrie, passionnée de danse, a décidé de créer les ateliers « Mon parfait à corps », un concept unique qui associe danse-thérapie, quantiques olfactifs et lithothérapie.**

### Qu'est-ce qui t'a donné envie de proposer ces nouveaux ateliers ?

J'imaginai un moyen de partager avec des personnes mon métier de thérapeute et ma passion pour la danse. La danse-thérapie m'est apparue comme une évidence. Cette thérapie alternative s'est révélée être la solution parfaite. Elle était sous mes yeux depuis toujours, je devais attendre le moment « juste » pour en prendre conscience et que le projet prenne forme. Proposer une nouvelle approche pour aider la personne et lui procurer du bien-être en utilisant différents outils que j'affectionne est une réelle source de motivation.

Mon nouveau rôle de maman m'a permis de me découvrir autrement et m'a fait prendre conscience de l'importance de prendre du temps pour soi, se ressourcer, se réapproprier son corps, se (re)lâcher et aussi apprivoiser ses émotions. Ce sont d'ailleurs des attentes qui reviennent chez les participants. Tous ces éléments ont été de véritables moteurs dans ce projet.



### Quelle est leur spécificité ?

« Mon parfait à corps » est un **concept unique** d'ateliers d'expression corporelle et de bien-être alliant la danse aux bienfaits des huiles essentielles et des cristaux.

Les ateliers sont principalement axés sur le corps, sa structure et ses coordinations. Une dimension énergétique vient soutenir ce travail corporel. **La vibration des synergies olfactives et des pierres** sont deux ressources exceptionnelles pour (ré)équilibrer le mental, les émotions et le corps.

### Et plus concrètement ?

Pour chaque participant, **l'expérience débute avec une intention** qu'il définit. S'en suit un travail réalisé avec **les huiles essentielles**. La mobilisation du corps peut déjà commencer pour certains à ce moment-là. Chacun se reconnecte à Soi (à son dedans), pour aller vers l'Autre (le dehors) **à son rythme** et créer du lien en explorant différentes façons de s'ajuster corporellement l'un à l'autre. C'est en se ressentant autrement qu'il est possible de percevoir l'Autre autrement.

**La pierre** est également introduite au cours de l'atelier pour soutenir l'intention de chacun et élever son taux vibratoire. Un temps de relâchement, parfois même de méditation ainsi qu'un tour de parole clôturent l'atelier dans le respect, l'écoute et la bienveillance. Un musicien nous accompagne tout au long de l'atelier et vient soutenir les créations qui émergent au cours des expériences. C'est une richesse magnifique pour le groupe.

### Où t'es-tu formée ?

À l'Institut IRPECOR et APASITO avec différents intervenants pour le côté danse-thérapie et structuration psycho-corporelle. Hilda Vaelen m'a fait découvrir la richesse de travailler avec la vibration des quantiques olfactifs. Pour la lithothérapie, Nimalaé et MySpiritbook Holistic Healing School ont également été et restent deux belles ressources.

### Prochains ateliers

- **QUARTZ FUMÉ, PIERRE D'ENRACINEMENT**  
10 mars 2020
- **PARENT – ENFANT**  
29 mars 2020
- **ATELIER DÉCOUVERTE**  
11 juin 2020

**LIEU:** L'étables d'hôtes  
Rue de Tubize 4/B  
1460 Virginal

### INFOS & INSCRIPTIONS

[www.monparfaitacorps.com](http://www.monparfaitacorps.com)

@monparfaitacorps

mon\_parfait\_a\_corps



**Fanny Antoine**  
Rédactrice en chef

