

programme 2026/2027

(actualisé le 21.08.26)

ateliers réguliers pour adultes

reprise le mercredi 2 septembre

pas de cours les jours fériés et durant les vacances scolaires et quelques irrégularités ! : en cas doute, www.dansesdelavie.ch/agenda/

séance découverte gratuite sans engagement et possibilité de se joindre aux groupes en cours d'année

Fribourg hebdomadaire lundi 9h30-11h
salle polyvalente Ste-Agnès, rte des Bonnesfontaines 7

Fribourg 2X/mois mardi 20h-21h30
salle polyvalente Ste-Agnès, rte des Bonnesfontaines 7

08.09 - 22.09 - 06.10 - 27.10
10.11 - 24.11 - 08.12.2026
05.01 - 19.01 - 02.02 - 16.02 - 02.03 - 16.03
13.04 - 27.04 - 11.05 - 25.05 - 08.06.2027

Riaz hebdomadaire lundi 20h-21h30
école primaire, salle des combles, rte des Monts 14

La Chaux-de-Fonds hebdomadaire mercredi 17h-18h30
aula du Collège de Bellevue, rue du Dr. Kern 14

comment ?
pieds nus/chaussettes/chaussons
tenue confortable et fluide
boisson pour la soif !

combien ?
adultes étudiants, AVS, AI
320.-/abo de 15 cours 250.-/abo de 15 cours
25.-/cours d'1h30 20.-/cours d'1h30

Pour les stages et autres événements,
se référer aux flyers spécifiques

**SUR DEMANDE : BONS CADEAUX ET ORGANISATION
D'ANIMATIONS DANSANTES : anniversaire, fête, rituel,
école, institution, home, camp, ou...**

merci de privilégier
le paiement de banque à banque ou par TWINT

CH03 8080 8001 4404 2744 9
g. monnier baechler, Chesaux 58, CH-1633 Vuippens
Raiffeisen Moléson, rue de la Gruyère 69, 1632 Riaz
CB: 80808 SWIFT/BIC: RAIFCH22XXX

stages et événements spéciaux

**CAP SUR LES ENERGIES
DANSONS LA VIE I**
samedi 29 août **Au Port de Fribourg** 11h-12h

DANSES ET SOPHROLOGIE
en co-animation avec **Marinette Doman**
samedi 5 septembre **Le Crêt du Locle** 11h-16h

DANSER LES 4 SAISONS EN PLEIN AIR
les rendez-vous saisonniers intergénérationnels :
bienvenue à tout âge !
Fribourg (Guinzet): 9h45-11h45
Eté : sam. 19 septembre 2026
Automne : sam. 14 novembre 2026
Hiver : sam. 30 janvier 2027
Printemps : sam. 17 avril 2027

DANSES DE L'AVENT
dimanche 13 décembre **Riaz** 10h-17h
« **WHITE TIME CELEBRATION** » : ensemble, danser la
paix universelle à l'approche de Noël
lundi 14 décembre 2026
Fribourg 9h30-11h **Riaz** 20h-21h30
La Chx-de-Fds mercredi 16 décembre 2026 17h-18h30

DANSER AVEC MARTIN SCHEIWILLER
STABAT MATER de Pergolesi
samedi 23 janvier et dimanche 24 janvier 2027 **Riaz**
10h-17h30 env. 10h-14h env.

DANSER LA MISA CRIOLLA: à l'aube de Pâques 2026
vendredi saint 26 et samedi 27 mars **Riaz** 10h-17h
sur des chorégraphies de Nanni Klope

FAIRE VIBRER LES COULEURS : ORANGE & CORAIL
en co-animation avec **Marie Messin & Mylène Réthoré Séché**
Ascension 2027 : 6-9 mai **Ile de Noirmoutier (F)**
16h-19h le jeudi et 10h-18h les vendredi et samedi

DANSES ARMENIENNES suite...
Pentecôte 2027
Vendredi 14 (18h30) lundi 17 (13h30) mai 2027
en résidentiel à Chemin-Dessus (au-dessus de Martigny)
Pas besoin d'avoir participé à la 1^{ère} partie ! Autres danses

CÉLÉBRER LE SOLSTICE D'ÉTÉ 2027
mercredi 16 juin **La Chaux-de-Fonds** 17h-19h
lundi 21 juin **Autour du Gringalet Echarlens** 20h-22h

2 STAGES ESTIVAUX AU FIL DE SOI
sur le même thème à définir...
dimanche 4 (18h) au sam. 10 juillet (10h) 2027

ou
dimanche 1 (18h) au 7 (10h) août 2027
en co-animation avec **Pauline Pedrol**
en résidentiel à Issamoulenc (Privas) en Ardèche (F)



danses de la vie

danses de partout pour ici
danses de toujours pour maintenant

Energie, détente, bien-être...

De 3 à 103 ans...

Invitations intergénérationnelles...

Rendez-vous conviviaux...

Rencontres pluriculturelles...

Voyages multicolores...

Rythme, mouvement et créativité..

Au masculin comme au féminin.

infos et inscriptions

www.dansesdelavie.ch

+41796018913



gladys@dansesdelavie.ch



Dès l'enfance, le mouvement et le rythme (solfège, rythmique, piano, badminton, danse classique, moderne, caractère et claquettes) ont jalonné le parcours de vie de Gladys Monnier Baechler. Mais au fil des ans, pour diverses raisons, le mental a pris le pas sur le corporel...

C'est au printemps 2004 qu'elle fait la rencontre de Geneviève Khemtémourian et des Danses Sacrées, rencontre qu'elle a vécue comme une re-naissance dans le rapport à soi-même, aux autres, à l'Univers, au Sacré et au Spirituel, comme un nouveau souffle élargissant son horizon existentiel. Enthousiasmée par la dimension humaine et globale de cette approche, stimulée par la joie intense procurée par cette forme de danses et l'aspiration d'aller à l'essentiel et vers davantage de légèreté au quotidien, elle décide à son tour, dans le prolongement de son expérience de travailleuse sociale, d'approfondir, de transmettre et de partager la pratique de ces *mandalas dansants*.

Après une formation pédagogique spécifique à l'enseignement des Danses Sacrées dans la Communauté de Findhorn en Écosse 2005, elle a continué et continue avec grand bonheur d'effectuer régulièrement, en Suisse et à l'étranger, différents stages et formations auprès de professeurs de danses traditionnelles, contemporaines et sacrées de renommée, dont Geneviève Khemtémourian (*Danses sacrées, danses pour le Temps présent*), Nanni Klope (*Akademie für Bewegung & Bewusstsein, Harmonie-Methode®*), Laura Shannon (*danses traditionnelles rituelles de femmes*), Martin Scheiwiller (*Bewegungsimpuls*) et Wilma Vasseur (*SubsTanz, Body Mind Centering*). Depuis 2008, les danses des Fleurs de Bach, celles de l'Ennéagramme, d'Hagios et de la Misa Criolla sont venues compléter son répertoire dansant. Depuis 2018, elle est ambassadrice du mouvement international *Art for Peace – Path of the Heart* créé sur l'initiative de Nanni Klope et depuis 2020, membre du Conseil International de la Danse sous l'égide de l'UNESCO.

Les danses de la vie sont des danses qui perpétuent et honorent des gestes simples, essentiels et symboliques reliés au sens et aux rituels de la vie humaine à travers l'Histoire : ... naître, créer, s'enraciner, s'élever, communiquer, donner, recevoir, transmettre, partager, mourir..., ressentir et entretenir la vitalité de la grande chaîne humaine au cours des temps. Sur des musiques et des chorégraphies traditionnelles et contemporaines en provenance du monde entier, dynamiques et joyeuses, ou plus lentes et plus méditatives, elles se pratiquent en cercle, spirale, étoile, serpent, ligne, croissant vague... Aucune expérience préalable en danse n'est nécessaire: le vécu personnel et partagé l'emporte sur la performance technique.

A travers le geste, l'expression: intériorité, extériorité...

Au-delà du geste, l'impulsion: inspiration, expiration...

Au bout du geste, l'intention: profondeur, légèreté...

Par le geste, une forme de ressourcement: énergie, détente...

Avec le geste, vivre les moult facettes de son être.

Représentation de la structure vivante du cosmos dans toutes les traditions, point d'ancrage et reflet de métamorphose perpétuelle, d'impermanence, un mandala naturel composé des quatre éléments de la Vie (eau, air, terre, feu), est créé avant chaque atelier pour constituer le milieu du cercle autour duquel chaque personne, unique et égale, a sa juste place. Verticalité individuelle et horizontalité du groupe en synergie...

"Au lieu de gagner seulement notre vie, que se passerait-il si nous avions la folie ou la sagesse de la danser? Notre nature est porteuse d'antinomies naturelles que la danse propose d'assembler... Un être qui danse se remémore les sensations minérales, végétales et animales de sa nature. Il célèbre jusque dans ses gestes quotidiens la vibrante capture du monde..."

Malaïka Weber
tiré de l'ouvrage "l'être en corps", p.78-79

