programme 2023/2024

(actualisé le 02.01.24)

ateliers réguliers pour adultes

sauf vacances scolaires et jours fériés

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

09.01 - 23.01 - 06.02 - 20.02 - 05.03 - 19.03 - 16.04
30.04 -14.05 - 28.05 - 11.06.24

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

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

10.01 - 17.01 - 31.01 / 07.02 - 21.02
06.03 - 13.03 - 27.03 / 17.04 - 24.04
01.05 - 15.05 - 22.05 - 29.05
05.06 - 12.06 - 19.06.24

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

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

DANSES DES FLEURS DE BACH:
samedi 27 janvier Riaz 10h-17h
sur des chorégraphies d'Anastasia Geng

DANSER LES 4 SAISONS EN PLEIN AIR:
les rendez-vous saisonniers intergénérationnels :
bienvenue à tout âge !
Fribourg (Guinztet): 9h45-11h45
Hiver : sam. 10 février 24 /Printemps : sam. 20 avril 24
Eté : sam. 7 septembre 24 /Automne : à définir

DANSER AVEC GENEVIEVE KHEMTÉMOURIAN:
samedi 09 et dimanche 10 mars Riaz
13h-18h30 9h-13h30

DANSER LA MISA CRIOLLA: à l'aube de Pâques 2024
vendredi 29 et samedi 30 mars Riaz 10h-17h
sur des chorégraphies de Nanni Kloke

DANSER LE PETIT PRINCE : A PENTECÔTE:
sur des chorégraphies de Nanni Kloke, inspirées du texte de Saint-Exupéry
vendredi 17 (18h30) lundi 20 (15h30) mai 2023
en résidentiel à Chemin-Dessus (au-dessus de Martigny)

CÉLÉBRER LE SOLSTICE D'ÉTÉ 2024
mercredi 19 juin La Chaux-de-Fonds 17h-19h
jeudi 20 juin autour du Chêne *Le Gringalet* 20h-22h

STAGE VIVIFIER MES CENTRES D'ÉNERGIE
dimanche 14 (18h) au sam. 20 juillet (11h) 2024
en co-animation avec ***Pauline Pedroli***
en résidentiel à Issamoulenc en Ardèche (France)

STAGE DANSES DU CORPS, DANSES DE l'ÂME, DANSES DE LA TOTALITÉ DE L'ÊTRE
dimanche 21 (17h) au ven. 26 juillet (16h) 2024
en co-animation avec ***Geneviève Khemtémourian***
en résidentiel à Pierre-Châtel dans l'Ain (France)
attention ! : inscription directement à partir du site www.acielouvert.org/calendrier/

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

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 vécu 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 Kloke *(Akademie für Bewegung & Bewusstsein, Harmonie-Methode®),* Martin Scheiwiller *(Bewegungsimpuls) et* Wilma Vesseur (*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. Elle suit actuellement un cursus de formation sur les danses rituelles de femmes des Balkans transmises par Laura Shannon. Depuis 2018, elle est ambassadrice du mouvement international *Art for Peace – Path of the Heart* créé sur l'initiative de Nanni Kloke et depuis 2020, membre du Conseil International de la Danse sous l'égide 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, serpentin, 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