programme 2018/2019

(actualisé le 02.08.18)

ateliers hebdomadaires sauf vacances scolaires et jours fériés

reprise le 3 septembre

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

adultes

par la danse, espace d'ancrage, de centrage et de créativité, expérimenter les moult facettes de son être…

Fribourg *hebdo* — lundi 9h30-11h
salle de la Paroisse St-Pierre, av. Jean-Gambach 4

Fribourg *2X/mois* — jeudi 20h-21h30
école sec. Ste-Ursule, rte des Bonnesfontaines 7

06.09-13.09-27.09-11.10-08.11-15.11-29.11-13.12.2018
10.01-24.01-14.02-28.02-14.03-28.03
04.04-11.04-02.05-16.05-13.06-27.06.2019

Riaz *hebdo* — lundi 20h-21h30
salle des sociétés, bâtiment scolaire, rte des Monts 14

La Chaux-de-Fonds 2X/mois — mercredi 17h-18h30
aula du Collège de Bellevue, rue du Dr. Kern 14

05.09-19.09-03.10-07.11-21.11-05.12.-19.12.2018
09.01-23.01-06.02-20.02-13.03-27.03
10.04-08.05-22.05-05.06-19.06.2019

duo par'enfants de 3 à 5 ans

éveil ludique à la musique et au mouvement, au rythme et à l'espace dans une ambiance spontanée de créativité, de découverte, de partage mutuels et de complicité entre un enfant et un adulte (parent, parrain, marraine, grand-parent…)

Riaz *hebdo* — jeudi 9h45-10h30
salle des sociétés, bâtiment scolaire, rte des Monts 14

comment ? tenue confortable et fluide

combien ?

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

duo par'enfants et enfants
225.-/semestre — 1er : du 06.09.18 au 07.02.19
2ème : du 14.02.18 au 27.06.19

stages et événements spéciaux

DANSES & BRUNCH: 10h-14h bienvenue à tout âge !
Fribourg dimanche 30 septembre 2018 et 7 avril 2019

HAGIOS : chant, danse, méditation et prière
en co-animation avec Esther Nabholz Stoll et Romy Rudolf von der Rohr
Riaz sam. 3 (9h30) à dim. 4 (15h) novembre 2018

DANSER LE FADO EN CERCLE 13h30-18h
sur des chorégraphies de Nanni Kloke
Lausanne samedi 24 novembre 2018

DANSER L'AVENT: paix, amour & gratitude 10h-17h
Delémont samedi 8 décembre 2018

CELEBRER LE SOLSTICE D'HIVER: 20h-22h
Riaz lundi 17 décembre 2018

DANSES DE L'ENNEAGRAMME: 10h-17h
sur des chorégraphies de Geneviève Khemtémourian
Canton FR samedi 9 février 2019

DANSE & JOURNAL CREATIF: dès 6 ans 10h-17h
Exprimer, créer, vivre, oser la confiance, danser sa confiance en la Vie !
en co-animation avec Anne Isler
Bôle samedi 23 mars 2019

ETREINDRE ET DANSER SA LIGNEE DE FEMME:
honorer le féminin sacré en résidentiel (reprise 1ère partie)
en co-animation avec Pauline Pedroli
Chemin-Dessus sam. 13 (9h30) au lun. 15 (16h30) avril 2019

VOS DANSES FAVORITES A LA CARTE… : 10h-17h
Bôle samedi 11 mai 2019

DANSE ET GEOMETRIE SACREES
nouveau volet indépendant du précédent…
vivre le temps de Pentecôte en dansant, en résidentiel
Chemin-Dessus sam. 8 (9h30) au lun. 10 (16h30) juin 2019

CELEBRER LE SOLSTICE D'ETE: 19h-21h30 pour TOUS !
autour du Chêne-Maître *Le Gringalet*, Echarlens
lundi 24 juin 2019 (à Riaz, en salle, en cas de météo capricieuse !)

SUR DEMANDE, BONS CADEAU ET ORGANISATION D'ANIMATIONS DANSANTES DANS TOUTE LA ROMANDIE
anniversaire, fête, mariage, rituel, école, institution, home, camp ou…

comment ? pieds nus/chaussettes et tenue confortable

combien ? voir flyer spécifique à chaque événement

paiement bancaire
IBAN : CH17 80129000 0355 3439 0
Cpte : gladys monnier baechler, rte des Chesaux 58, CH-1633 Vuippens
Banque Raiffeisen Moléson, Agence de Marsens, 1633 Marsens
CB: 80129 SWIFT/BIC: RAIFCH22129

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 +41269150425

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, Nanni Kloke *(Meditation in Bewegung, Harmonie-Methode®),* Martin Scheiwiller *(Bewegungsimpuls) et* Wilma Vesseur (*Subztanz*). Depuis 2008, les danses des Fleurs de Bach et celles de l'Ennéagramme sont venues compléter son répertoire dansant.

Par ailleurs, elle suit actuellement un cursus de formation avec Benoît Tremblay (*Pneumacorps*) sur la respiration et la libération du souffle.

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