



Et si  
tu laissais  
ton Désir  
impulser  
ta vie ?

Ton Désir en Mouvement

Plonge dans le lâcher-prise et apprends à y retourner

Un cycle de 3 ateliers  
Pour les femmes

dimanche 14 mars ➤ samedi 3 avril ➤ samedi 8 mai  
de 13h30 à 17h30 ➤ à Écolectif / Gensac de Boulogne (31)

Retrouve ta vitalité de femme

# Ton Désir en Mouvement

Ce cycle s'adresse à toutes les femmes qui souhaitent :

- Ré-appivoiser leur désir (sexuel, de vie, et au sens large).
- Harmoniser le ressenti et l'expression de leurs désirs.
- Plonger dans le lâcher prise et apprendre à savoir y retourner !
- Faire rimer désir et plaisir dans leur vie.
- Réactiver leur vitalité de femme.

Ame Corps  
Coeur Tête

Démarche et supports :

**La Pédagogie Perceptive®** : Le mouvement sensoriel, l'écriture sensible, la Méditation de Pleine Présence® et le toucher de relation.

**La Communication Non Violente®** autour de temps de partage et d'écoute à deux et en groupe.

**Du matériel ludique** : mandalas Fleur de femme®, planches d'anatomie...



Une invitation à ...

Te laisser guider vers toi.  
Établir et asseoir le contact avec ta matière.  
Descendre dans la profondeur de ton être.  
T'offrir un toucher/contact bienveillant et soignant.

En étant ...

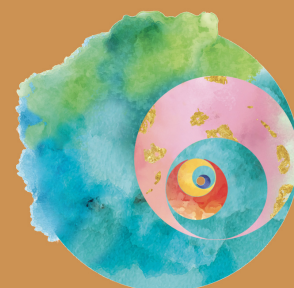
Guidée par mon accompagnement poétique, Sensible et bienveillant.  
Portée par la dynamique du groupe de femmes et en coopérant avec soi-même.  
Grâce à une approche corporelle, émotionnelle et ludique.



Passeuse d'efflorescence. Chanteuse. Chaleureuse.  
Formée en Pédagogie Perceptive® - Expressivité  
(thérapie des fascias manuelle et gestuelle).  
Je suis facilitatrice de l'expression  
et du lien à soi par le corps.

Claire-Marie Bour  
07 83 85 62 40

contact@efflorescence.com  
www.efflorescence.com



Efflor'essence  
du mouvement à l'unité

Claire-Marie Bour/Efflor'essence est membre de Kanopé -  
RCS Auch 429 228 018 - SCOP Sarl à capital variable

Contribuer à une humanité qui s'estime