

Histoires en Mouvement

Bienvenue dans un espace où les histoires se vivent autant qu'elles se racontent : un lieu pour bouger, respirer, imaginer, jouer... et découvrir comment le yoga peut devenir un fil vivant pour guider les enfants.

Programme

31 octobre et 1^{er} novembre 2026

Un week-end pour apprendre à animer une histoire avec le corps — dans toutes ses dimensions (mouvement, souffle, imaginaire) — grâce aux outils du yoga, et apprendre à guider un groupe d'enfants avec présence, simplicité et joie.

Ce week-end est avant tout une formation **expérientielle**.

Nous alternerons entre des temps d'exploration corporelle, de jeux, de mises en situation et quelques apports théoriques ciblés pour comprendre les outils et les méthodes.

La théorie sera présente, mais toujours au service de la pratique : elle donne un cadre, une structure, une compréhension... puis nous passons immédiatement à l'expérience.

L'objectif : repartir avec des outils concrets, simples, directement utilisables, grâce à un apprentissage **vivant et ludique**.

<p style="text-align: center;">Jour 1 10h – 12h30 14h – 17h</p> <p style="text-align: center;">Entrer dans l'univers Un temps pour ouvrir le corps, l'imaginaire et l'histoire.</p>	<p style="text-align: center;">Jour 2 9h – 12h30 14h – 16h</p> <p style="text-align: center;">L'art d'animer Un temps pour explorer la présence, la voix et la transmission.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Accueil & mise en mouvement• Comment choisir une histoire pour un atelier en mouvement ?• Comment un conte peut devenir un atelier vivant ?• Comment construire une trame avec les outils du yoga ?• Découvrir deux méthodes pour vivre l'histoire• Expérimentation d'un parcours prêt à animer	<ul style="list-style-type: none">• Comment capter l'attention des enfants ?• Comment guider en racontant ?• Comment installer un cadre sécurisant ?• Jeux d'exploration autour des 6 mouvements• Composition d'une petite aventure corporelle inspirée d'un conte.• Partages & retours