



Frédérique GRANJON
Psychopraticienne APSYSE
LYON 06 - 06 81 22 79 88

Groupe de thérapie psycho-corporelle

La thérapie que nous proposons, l'APsySe (Analyse Psycho Somato Energétique) est basée sur une double approche analytique et corporelle, qui, par le biais de mouvements spécifiques, stimule les fonctions naturelles du corps pour faire émerger les vécus traumatiques refoulés.

Elle permet de réunifier corps, émotions et pensées.

Faire bouger le corps pour faire bouger l'esprit !

Rencontres le samedi ou dimanche de 9h à 18h00

4 janvier 2025- 23 février- 13 avril-10 mai - 7 juin-

13 septembre - 25 octobre - 13 décembre

Coût de la journée 120 euros

Centre Tao Yoga 2 rue Dumont d'Urville 69004 LYON



Sandrine MUNDWEILER
Psychopraticienne APSYSE
LYON 06 - 06 32 46 62 00

Groupe de thérapie psycho-corporelle

La thérapie en groupe présente l'avantage de se rencontrer à travers les échanges avec l'autre, l'histoire de l'autre faisant écho à sa propre histoire. Partager ses émotions, ses ressentis dans une écoute bienveillante permet de relativiser ses propres traumatismes et de se sentir soutenu par les autres. Le groupe stimule et enrichit le travail thérapeutique ; il est libérateur.

Partager sa parole, écouter la parole de l'autre, être là pour l'autre dans l'accompagnement permet de mieux se connaître et s'ajuster dans la relation à l'autre.