

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

Groupe de thérapie psycho-corporelle

La thérapie corporelle que nous proposons se nomme l'APsySe (Analyse Psycho Somato Energétique) ; elle est basée sur une double approche analytique et corporelle, proposant, par des postures spécifiques, de 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 de 9h à 18h00

4 janvier 2025- 23 février- 13 avril-10 mai - 7 juin13 septembre - 25 octobre - 13 décembre
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 traumas 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.