

Master Class Mû Médecine 2024



7 au 11 Novembre 2025
Immersif. 5 jours/4 nuits



« Danser pour prendre soin :
vers une pratique humaniste et
poétique en santé »

Master Class immersive mêlant théorie
et pratiques corporelles

Mû Médecine Intégrative, 28 rue de Mareille 30120 Le Vigan
SIREN 951324722 - Société par action simplifiée - NDA 73300536130 -
IBAN FR76 30003032 2700 0200 0005 020 contact.mu.medecine@gmail.com

V.10-03-2025



Objectifs Pédagogiques

- Comprendre la dimension des pratiques incarnées selon Varela et le lien danse - méditation - soin
- Qu'est - ce que mon corps de soignant me raconte ?
Comment le mouvement permet d'appréhender la dimension clinique du corps ?
- Développer le ressenti corporel à travers la pratique de la danse et travailler sur les postures physiques adaptées dans la relation de soin
- Développer le savoir être : l'Art de l'écoute, régulation émotionnelle, posture(s), motivations et joie
- Réinvestir le « Vivre ensemble » par la contenance du groupe



Contact & Inscriptions

contact.mu.medecine@gmail.com

www.mumedecine.org

mû médecine



Public

Professionnel·les de santé, étudiants en santé, enseignants, pratiquants des interventions non médicamenteuses (Yoga, massage, Mind-body...), artistes et toutes personnes curieuses (sous réserve des places disponibles).

Moyens pédagogiques et techniques

Apprentissage socio-émotionnel, expérientiel, écologique, transformatif

En groupe

Ateliers pratiques , techniques utilisées:

- I- BMC Créé par Bonnie Bainbridge Cohen, C'est une approche innovante de la santé par le mouvement et le senti corporel
- II- Mouvement libre inspiré de la danse contemporaine
- III- Danse contact/Improvisation
- IV- Métissage de plusieurs Danses et méditation pleine conscience

Les ateliers sont centrés sur écoute, ressources internes, contact à l'autre, limites, poésie du geste, écriture instantanée, plaisir du jeu

Apports théoriques :

- Bonnie Bainbridge Cohen : «sentir, ressentir, agir»
France Schott Billmann : «le besoin de danser»
Kepner : «le corps retrouvé en psychothérapie»
Van der Klock : «le corps n'oublie rien»
Benoit Lesage : «la danse dans le processus thérapeutique»
Francisco Varela : «la cognition incarnée»
Juju Alishina : «Le corps prêt à danser»
Gérard Kurkdjian «Méditation musicale»
Jocelyne Vaysse «Quand la danse guérit» - «La danse thérapie»
Eckart Tolle «L'art du calme intérieur»
Francisco Varela - Eva Thompson - Eleanor Rosch «L'inscription corporelle du corps»



Modalités

Durée : 4 nuits - 5 jours . Début le 7.11 à 14h00// Fin le 11.11 à 12 h

Tarifs Formations : 750 euros TTC

Tarifs Hébergement et pension complète 4 nuits :
chambre double : 295 euros / Seule : 375 euros

Lieu : La ferme de Divali - Saint Hilaire en Morvan, dans le Parc naturel du Morvan.

Alimentation : végétarienne, biologique, et locale selon les saisons, eau filtrée, pas d'alcool.

Pré-requis : Un certificat médical de pratique d'activité physique peut être demandé.

Modalité d'accès : Mail à contact.mu.medecine@gmail.com , la fiche d'inscription vous sera envoyée.

Transport : information sur le site : <https://www.cureayurvediquefrance.com/>
Possibilités d'organiser un taxi partagé à partir de la gare de Nevers. Plus d'informations sur les transports seront données à partir du 1.09.2025

Début

- Début du programme à 15h00 (merci de prévoir pour ceux qui sont autonome d'arriver au moins 30 minutes avant le début du stage)
- La ferme vous accueillera à partir de 13h 1r jour de votre arrivée pour un début de stage a 15h précise.
- le taxi partagé vous attendra à la gare du creusot Montceau vers 13h15



Cloé Brami

Médecin, Chercheuse, et Enseignante de méditation

Fondatrice de Mû médecine, elle a pratiqué la danse classique pendant plus de 15 ans, de l'enfance à l'adolescence avant d'entrer en faculté de médecine.

La barre a été un tuteur précieux jusqu'à la lâcher pour continuer de danser autrement. Elle retrouve dans chaque geste médical le lien entre le mouvement du corps et le mouvement du soin.

Ainsi faisant des ponts entre la philosophie des pratiques incarnées, et l'éthique du *Care*, elle apportera un regard en sciences humaines et sociales sur le lien entre danse, médecine, santé intégrative.





Danseuse, Médecin, Thérapeute

Formée à la prise en charge des violences sexuelles et intra-familiales et à la psychogénéalogie, j'exerce mon métier essentiellement en centre de santé sexuelle, où les postures d'écoute et l'approche holistique du soin, sont au cœur de ma pratique.

Animée par la santé globale des femmes et le lien parents-bébés, ma pratique se nourrit de la rencontre humaine avant tout.

Danseuse depuis mes 15 ans, formée à la danse thérapie et à l'accompagnement par le mouvement, ces pratiques s'intègrent progressivement dans mon activité de médecin et thérapeute : j'anime des ateliers auprès de soignants et de femmes victimes de trauma.



Danseuse, Médiatrice, Thérapeute familiale

Médiateur familial depuis 2004, en 2008, j'ai fait le choix de créer ma propre structure en élargissant mon champ d'intervention et en me formant à la Thérapie Familiale Systémique tout en découvrant la méditation de pleine conscience.

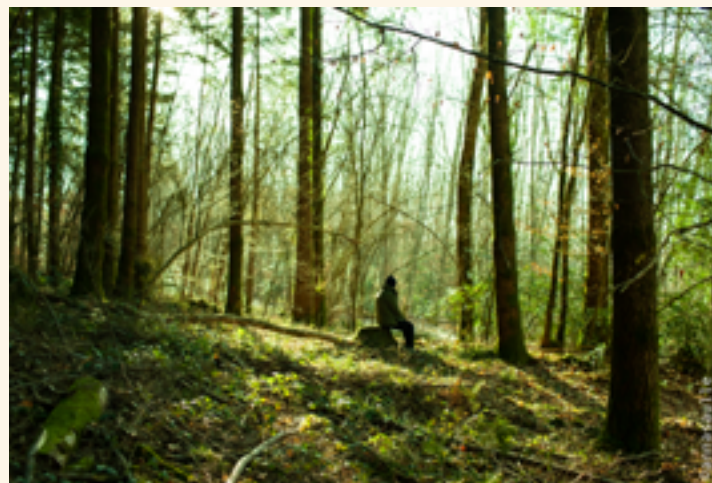
Depuis, j'ai approfondi les thérapies qui intègrent la pleine conscience et la psychologie positive pour terminer en me formant à la sophrologie et le yoga afin d'intervenir au mieux en Santé Corps / Esprit et mon expérience de la danse à proposer des ateliers d'Art Thérapie.





Lieu

La ferme de Divali -
Saint Hilaire en Morvan, dans le Parc naturel du Morvan.



Déroulé

J1 15h -18h30 - 7.II

Pratique 1. Le souffle

15h30 : Présentation (formateurs + Cadre + lieux) -

16h30 - 18h30 *Empathie & Care* . (Cloé)

Méditation le Souffle. (Cloé)

Cercle Ouverture

19h30 Dîner

J2 8.II

Petit déjeuner 8h00 - 9h00

9h30 - 12h30 *Du sol à L'autre* - (Nadège)

12h30h-13h30 Déjeuner

15h - 18h *L'autre, le contact, l'espace entre* - (Nadège)

19h00 Dîner

J3 9.II

Petit déjeuner 8h00 - 9h00

9h30 - 12h30 *Le rythme* - (Pascale)

12h30h-13h30 Déjeuner

15h - 18h *Rencontrer son danseur intérieur* - (Pascale)

19h00 Dîner

20h00 - 21h00 : *Temps d'échanges BMC et Danse contact* - (Nadège et Pascale)

J4 10.II

Petit déjeuner 8h00 - 9h00

9h30 - 12h30 *Sensibilisation au mouvement authentique* (Nadège)

12h30h-13h30 Déjeuner

15h - 19h *Le corps sensible - Approche en santé* (Cloé et Nadège)

J5 11.II

Petit déjeuner 8h00 - 9h00

9h00 - 11h00 Clôture -