



Être & Devenir
Being & Becoming

YOU

INTEGRATIVE & NEURO-SYSTEMIC SUPPORT FOR CREATING & PERFORMING

Recognizing & respecting our present states; listening to our real means & specific needs makes a decisive difference in the way we lead our actions & conduct our projects. Not every method is suitable for everybody. Each system is unique. Everyone embodies a unique story.

Unfolding our creative power relies on a felt sense of safety. In presence of conscious & tangible support, our cues & stakes are able to generate trust & activate an internal dynamic for the benefit of greater resilience, lightness, balance & plenitude.

The art of performing consumes forces that the passionate body all too often "forgets" to recuperate. The price of such commitment is more than high. It can exhaust physical & mental equilibrium, hinder careers, violate self-esteem & take its toll on relationships in every domain.

In a fine combination of artistic approach & neuro-affective knowledge; through the subtle articulation of language, movement & somatic imagination; through the essential aspects of polyvagal theory & the ego-state model, this integrative MasterClass is designed to help you navigate your practice & create your future in intimate connection with your core values & sustainable resources.

The made-to-measure format of YOU adapts to your very purpose, agenda, specific needs & material realities. For more details, I heartily invite you to require a (free of charge) live conversation, by writing to ap.seuils@free.fr

SUPPORT INTÉGRATIF & NEURO- SYSTEMIQUE POUR LA CRÉATION & LA PERFORMANCE

Reconnaître & respecter nos états présents ; être à l'écoute de nos moyens réels & besoins spécifiques fait une différence décisive dans la façon de conduire nos actes & de mener nos projets. Pas toutes les méthodes conviennent à tout le monde. Chaque système est unique. Chaque corps porte une histoire singulière.

Le déploiement de notre puissance créatrice repose sur un « felt sense » de sécurité. En présence de support conscient & tangible, nos repères & appuis savent générer un état de confiance & activer une dynamique interne au profit de plus de résilience, de légèreté, de balance & de plénitude.

L'art de la scène consume des forces que le corps passionné « omet » encore trop souvent de récupérer à juste mesure. Le prix d'un tel engagement est plus qu'élevé. Il peut épuiser l'équilibre physique & psychique, entraver des carrières, violenter l'amour-propre & s'abattre sur les relations dans tous les domaines.

Dans une fine combinaison entre approche artistique & connaissance neuro-affective ; à travers la subtile articulation entre langage, mouvement & imagination somatique ; par les aspects essentiels de la théorie polyvagale & du ego-state modèle, cette MasterClasse intégrative est conçue pour t'aider à naviguer ta pratique & créer ton avenir en lien intime avec tes valeurs fondamentales & ressources porteuses.

Le format sur mesure de YOU s'adapte au plus près à ton propos, ton agenda, tes besoins & tes réalités matérielles. Pour davantage de précisions, je t'invite à solliciter une live conversation (exonérée), en m'écrivant à ap.seuils@free.fr

