



Plus d'infos sur l'association  
[www.encorpsvivants.fr](http://www.encorpsvivants.fr)  
et sur les réseaux Instagram et Facebook

S'inscrire aux ateliers : [claire@encorpsvivants.fr](mailto:claire@encorpsvivants.fr)  
Association soutenue par la Municipalité de St-Martin d'Heuille

## PROCHAINS ATELIERS 2025

RDV à la salle des Fêtes de Saint-Martin d'Heuille (10 km de Nevers)

**Dimanche 19 janvier de 10h À 13h : DANSE DES 5 ÉLÉMENTS** - avec l'association Danse en vie

Pas besoin de savoir danser pour cet atelier, il s'agit d'expression corporelle libre et guidée en musique, une pratique inspirée de la Danse des 5 rythmes et proposée par l'association Danse En Vie. Cette association propose à Nevers, un RDV une fois par mois, nous les accueillons pour le rendez-vous de janvier. Participation : 10€ pour les adhérents

**Samedi 15 février : JOURNÉE CHANTÉE AVEC ELISE CHARLES** - avec l'association Tout Ouïe

Cette association propose régulièrement dans la Nièvre des journées autour de la voix. Elle s'associe avec En Corps Vivants ! pour en organiser une à Saint-Martin D'Heuille qui permet d'aller explorer sa voix, le chœur et le plaisir de chanter. Participation : 30€ (sur la journée avec repas partagé)

**Dimanche 16 mars de 10h30 À 12h : YOGA DU RIRE**

Pratique libératrice des tensions, venez rire avec Bernard dans cet atelier convivial et sympathique. Bernard viendra de Moulins pour partager et faire découvrir cette technique. Participation : 10€

**Dimanche 13 avril de 10h À 12h : FLEURS DE BACH**

Venez découvrir les Fleurs de Bach et participer à un atelier découverte avec Marie-Solange Durand qui vous partagera ses connaissances et son métier. Participation : 15€

## Nouveau : PING PONG LOISIRS

- ados / adultes - à partir de janvier 2025

En Corps Vivants ! soutient le projet de créer une activité de **pratique libre et conviviale de ping-pong les lundis de 17h à 20h** à la salle des fêtes qui débutera en janvier 2025. Il s'agit d'une pratique tous niveaux sans compétition, réservée aux joueurs autonomes adultes/ados (avec autorisation parentale).

Une seule condition : amener sa bonne humeur, ses chaussures propres, contribuer à l'installation et au rangement, respecter le règlement intérieur et adhérer à l'association. Renseignements : Olivier MOLZA - [olivisailplane@gmail.com](mailto:olivisailplane@gmail.com) bénévole d'En Corps Vivants !

## En projet : cours hebdomadaire de KUNDALINI YOGA les lundis

- ados / adultes - pas de prérequis cette pratique s'adapte à tous les niveaux.

**Avec Valérie De Changy (Le Crapaud Sonneur) : un cours de KUNDALINI YOGA les lundis après midi de 15h à 16h30.** Le Kundalini Yoga : une pratique accessible à tous qui travaille de manière globale sur le corps et l'esprit et recharge l'énergie vitale en associant mantras, pratique corporelle et méditation.

Vous êtes intéressés ? Contactez nous à [claire@encorpsvivants.fr](mailto:claire@encorpsvivants.fr). Début des cours en février 2025

En corps vivants ! créée en 2024 à Saint-Martin d'Heuille a pour objectifs de :

- > **Créer un réseau de praticiens engagés partageant des valeurs, des projets** pour accompagner chacun-e à prendre soin de lui
- > **Favoriser et rendre accessible** la « reconnexion au corps et à ses sensations » à tous et toutes avec l'organisation d'ateliers collectifs et d'évènements.



# CHARTRE DE L'ASSOCIATION EN CORPS VIVANTS !

1

## RESPECT DES DROITS FONDAMENTAUX

Nous exerçons nos missions dans le respect de la dignité humaine, de la vie personnelle, privée et familiale de la personne.

Nous nous engageons sur des valeurs humanistes : entraide, solidarité, non-discrimination... en vue d'accompagner la personne à prendre soin de son corps, de son être et de sa vie.

## CONSCIENCE DES LIMITES 2

Si l'objectif ou les soins définis ne relèvent pas de la compétence du praticien.ne, il oriente la personne vers un.e autre professionnel.le adéquat (médecine conventionnelle, accompagnement social et/ou paramédical..).

Nous encourageons la complémentarité des différentes pratiques proposées.

Ainsi, nous travaillons à l'intérieur du cabinet partagé de manière coordonnée et en lien avec les professionnels.les de la médecine conventionnelle.

En aucun cas nos approches ne se substituent aux choix ou aux traitements prescrits par les professionnels.les de santé.

3

## ÉTHIQUE PARTAGÉE

En tant que citoyens.nes engagés.ées, nous souhaitons faire connaître nos pratiques et les rendre accessibles à tous.tes.

Nous mettons en place des propositions de découverte et des moyens d'aider les plus vulnérables.

Nous nous engageons à honorer des valeurs d'éthique, de solidarité, de respect et de confiance.

Nous partageons la même vision du soin et/ou de l'accompagnement qui s'appuie sur le potentiel humain. Nous sommes attachés.ées à la dimension intégrative de l'être humain.

Nous sommes convaincus.ues qu'aider toute personne à prendre soin d'elle-même, en partageant les savoirs et en harmonisant le lien corps-esprit, pourra favoriser le vivre-ensemble collectif.

## QUALIFICATION DES PROFESSIONNELS.LES

4

Chaque praticien.ne ou intervenant.e de l'association est doté d'une formation solide, certifiée et reconnue dans son domaine.

Chacun.e se réfère au code déontologique de sa profession et évolue dans une logique de formation continue et/ou de supervision régulière de sa pratique, garantissant la qualité des prestations proposées.

5

## SECRET PROFESSIONNEL

Le secret professionnel est imposé à tous les praticiens.nes du cabinet.

Avec l'accord préalable de la personne, il peut évoluer vers un secret partagé entre les professionnels.les du cabinet, afin de travailler de manière personnalisée, si nécessité.

Nous travaillons dans un esprit d'équipe pluridisciplinaire en vue d'établir des parcours de soins et d'accompagnement personnalisés et coordonnés.

Toutefois, le praticien peut-être relevé de son obligation en cas de raisons impérieuses (mise en danger).



L'association *En corps Vivants !* implantée à Saint-Martin d'Heuille et imaginée par Claire Leroux a été créée au printemps 2024.

Elle a pour objectif de créer un réseau de praticien.nes investis dans des valeurs humanistes et de favoriser et rendre accessible à tous.tes la « reconnexion à son corps et à ses sensations ». Elle organise des pratiques collectives, ainsi que des animations culturelles et artistiques.

Chaque intervenant.e ou praticien.ne, membre de l'association s'engage à respecter cette charte de valeurs partagées.