



# Stage « Accueillir 2027 » ressentir, créer, explorer

---

Une traversée en mouvement, en images et en mots,  
pour sentir ce qui nous appelle pour cette année  
et laisser émerger une vision incarnée de 2027.

L'occasion de se poser (enfin!) pour  
s'engager en conscience et en confiance  
vers ce qui fait vraiment sens.

Stage en résidentiel les 8 et 9 février à  
l'Arbre aux Etoiles (Honfleur)

Infos : [jeanne@alliam.fr](mailto:jeanne@alliam.fr)  
[alliam.fr](http://alliam.fr) onglet « Accompagnement »

# Les intentions

---

Se déposer dans son **intérieurité** et accueillir ce qui est là

Aller à la rencontre de **ses envies,**  
**besoins et projets pour 2027**

Explorer ses **aspirations profondes**  
de façon sensible et créative

Se relier à **l'intelligence** du corps et du vivant en soi

Cultiver son **alignement** et son **ancrage** personnels



# Les ingrédients de cet atelier

---



le corps,  
premier invité

# Life Art Process

une approche complète pour plonger  
au coeur de notre être, en alliant...



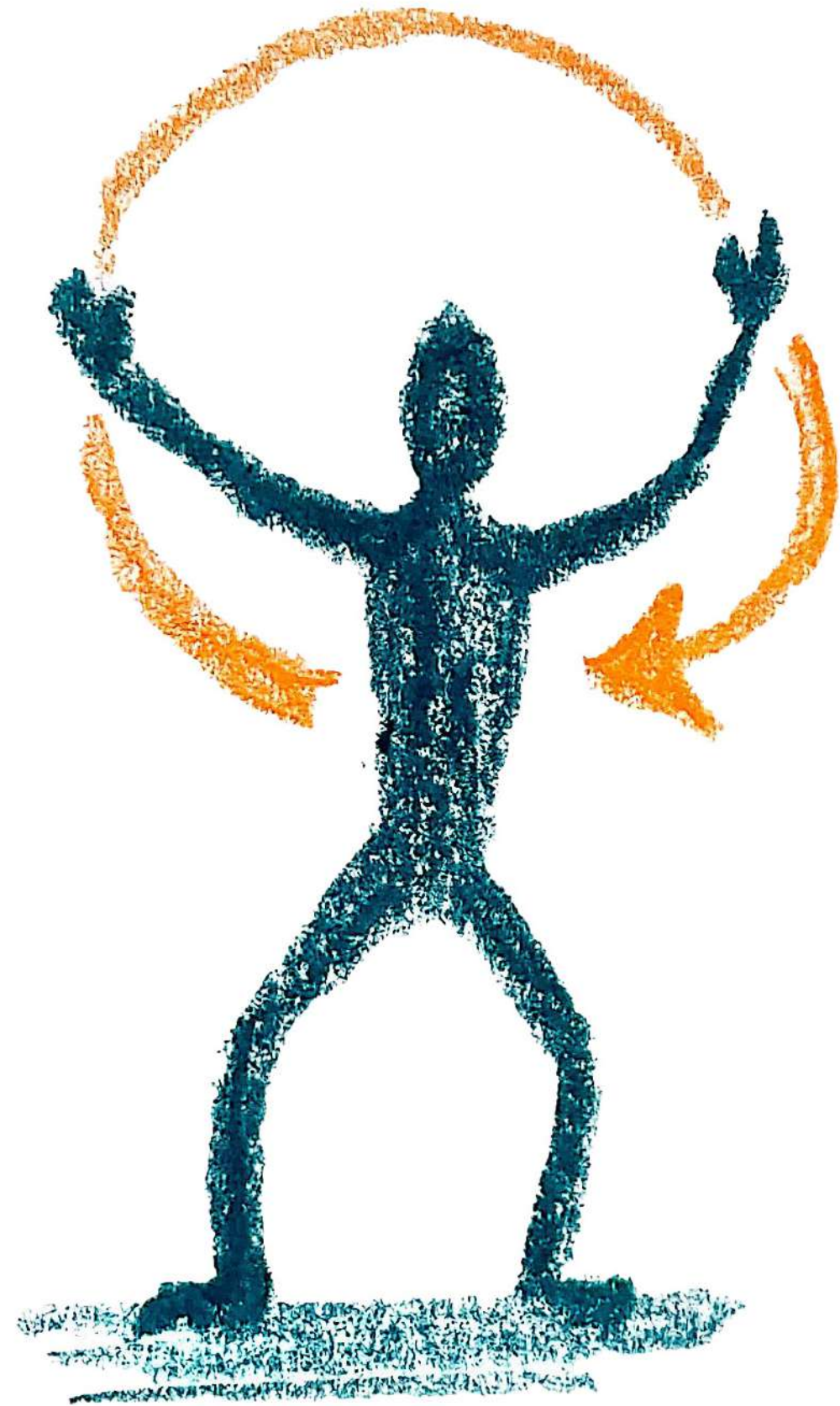
l'écrit, notre allié  
pour décrypter



le dessin, porte ouverte  
sur notre imaginaire

# Introspection créative

Des propositions ludiques et  
profondes pour se rencontrer vraiment



sentir, écouter et relier  
les différentes parts de soi



pour rayonner dans le monde,  
unifié.e, inspiré.e et confiant.e



le cercle, notre rituel  
d'ouverture et de clôture

# Intelligence collective

Des pratiques collaboratives et  
des invitations à être pleinement  
soi au sein d'un groupe



un esprit de communauté,  
un partage avec des pairs



des échanges en duo



# Le format

---

## HORAIRES

08/02 : 9h30-12h30 / 15h-18h

09/02 : 9h-12h30 / 14h-17h

Selon l'énergie et les envies de chacun·e, un temps de mouvement libre pourra être organisé le 7 au soir.

### Avant l'atelier

Vous recevez un **questionnaire en amont**, pour nommer vos besoins et vous projeter dans l'atelier. Vos réponses me permettent de bien saisir ce qui vous intéresse et d'en tenir compte dans ma préparation.

### Pendant l'atelier

Vous n'avez qu'à vous laisser guider. Venez avec une **tenue souple et confortable**, ainsi qu'un carnet et de quoi écrire. Je m'occupe du reste !

### Après l'atelier

Je vous propose une **activité à vivre chez vous** pour prolonger l'expérience. Je vous partage des ouvrages et ressources si vous souhaitez approfondir le sujet.



# Cet atelier est-il pour vous ?

---

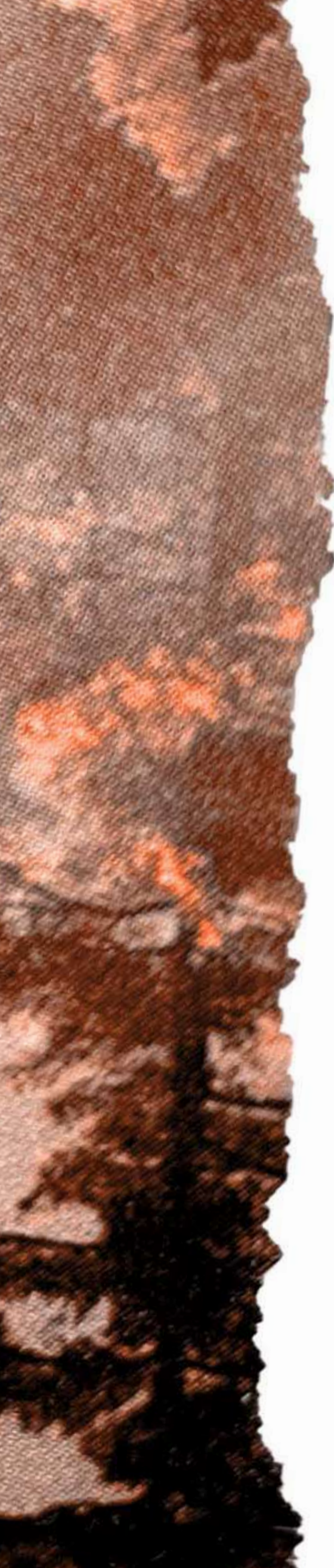
L'idée de vous offrir un **temps d'introspection** vous plait.

Que cela vous soit familier ou non, vous appréciez la perspective de créer sous **différentes modalités** (dessins, écrits, mouvements...).

Vous avez l'élan de **cheminer avec un petit groupe**, en offrant votre présence et votre écoute en tant que témoin, en recevant celles des autres.

Vous pressentez les bénéfices d'une **réflexion** qui intègre les dimensions **corporelle** et **émotionnelle**.

Aucun talent artistique n'est requis.



# Coût du stage

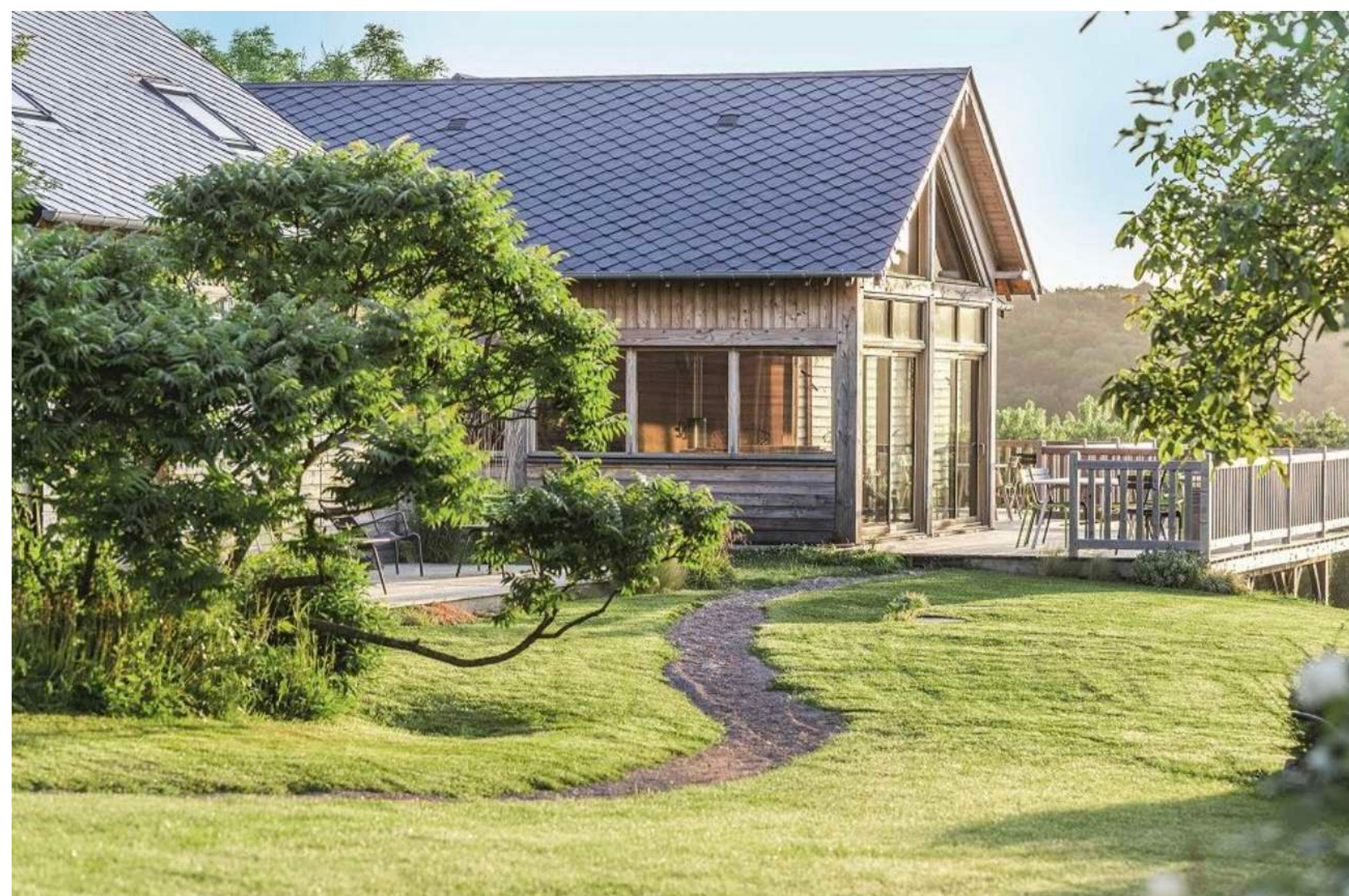
---

170€ TTC

A ajouter : 150€ pour le coût de l'hébergement les 7 et 8 au soir. Les repas seront pris en commun selon un principe d'auberge espagnole : chacun·e apporte nourriture et boissons à partager pour le week-end.

# Le lieu

---



Ce stage se déroule à l'Arbre aux étoiles, un écolieu au service du vivant, à Honfleur.





« Une exploration surprenante et dynamisante de ce que notre corps peut nous dire. La beauté de ce travail sur la présence à soi et au monde me donne envie de me mettre en mouvement. »

**Pauline**

« Un apprentissage clair de ce que j'ai à mettre en place dans ma vie aujourd'hui »

**Jérôme**

« Un stage qui permet d'ouvrir le corps et l'esprit par l'expression dansée, écrite ou dessinée. »

**Louise**

« Une mise en mouvement et une introspection progressives. Des éclaircissements ancrés dans le corps. Un voile s'est levé. »

Christophe

« Tout m'a semblé couler de source. Je ne me suis pas sentie une seule fois forcée ou mal à l'aise, j'étais dans un bain, je flottais. C'était étonnant et j'ai beaucoup appris sur moi. Ton accompagnement Jeanne était doux. »

Sarah

« Un cadre sécurisant, de la douceur et en même temps de la conduite soutenante. »

Marie





# Intervenante

---

## Jeanne Dobriansky



J'ai découvert le **Life Art Process** en 2017. Mon enthousiasme pour cette approche a été si fort que j'ai décidé de consacrer un an de ma vie à cette pratique et de partir me former au Tamalpa Institute de Californie pour devenir praticienne à mon tour et proposer des ateliers et sessions individuelles.

J'ai à coeur d'offrir des **espaces de présence, de ressourcement et de reconnexion à soi** en puisant dans différentes formes d'expression créative. L'intelligence du corps me fascine particulièrement. Je travaille avec différents publics, notamment dans le champ de l'**entrepreneuriat**, de l'**enseignement** et du **travail social**.

Pour en savoir plus sur mon [parcours](#)

Pour en savoir plus sur le [Life Art Process](#)

# Partant·e pour rejoindre le groupe ?

---

contactez-moi :

[jeannedobriansky@gmail.com](mailto:jeannedobriansky@gmail.com)

06 84 72 53 38