# Liberté de mouvements

## Expression et mouvement

Les mouvements de notre corps racontent bon nombre d'histoires, et en disent beaucoup à propos de notre personnalité, de nos codes sociaux et culturels, de nos émotions, de nos espoirs et de nos craintes. Nos gestes complètent en permanence notre communication orale et s'avèrent décisifs dans notre rapport au monde.
Au cours de cette formation, nous utiliserons notre corps, notre communication non verbale et nos mouvements comme de véritables moyens de communication, en tant que puissants canaux d'expression citoyenne. La danse fera partie des techniques utilisées ; mais, rassurez-vous : aucun prérequis n'est nécessaire.

Matériel à emporter :
Pour les participants, prévoir des vêtements et des chaussures confortables.

- S'exprimer avec son corps et prendre conscience qu'il communique en permanence avec l'extérieur
- S'émanciper des injonctions corporelles via des exercices de réappropriation
- S'intéresser aux significations et aux codes qui sous-tendent les gestes, les mouvements et les parties du corps en fonction des différentes cultures
- Analyser certains outils de communication utilisés sur les réseaux sociaux pour mieux les détourner et en faire des moyens d'expressions citoyennes.

## Votre profil

- Affilié C-paje
- Associatif
- Etudiant

## Formateur

- Laura ROUMA

## Combien

- 50,00 affilié C-Paje
- 100,00 non affilié

## Quand

- Le 13/03/2023 de 09h à 16h
- Le 14/03/2023 de 09h à 16h

## Où

51
7000

Cette formation est reconnue par la Fédération Wallonie Bruxelles

**Cette formation sur Facebook**

Je souhaite plus d'informations sur cette formation :

**benjamin@c-paje.be**
**elodie@c-paje.be**