

Groupe de gestalt thérapie

Vous recherchez un groupe de thérapie à médiation corporelle, dans lequel vous pourrez approfondir le travail sur vos processus internes, en relation avec les membres du groupe, ainsi que vivre la dynamique d'un groupe de gestalt thérapie.

Dans un cadre sécurisant, ce sera l'occasion d'explorer la relation à soi et à l'autre. Ce groupe de thérapie est un laboratoire qui invite chacun à oser être soi. Apprendre à mobiliser ses ressources pour œuvrer au changement souhaité par chacun dans son processus personnel. Le mouvement et le jeu favoriseront l'accès à soi et à cet autre si différent.

Dates et horaires : Un jeudi par mois de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30. Dates 2026 - 2027 : 17/09, 15/10, 12/11, 17/12, 21/01, 11/02, 18/03, 15/04, 13/05, 24/06

Tarif : 160 euros par regroupement

Un engagement de septembre à juin est demandé. Toute absence doit être annoncée au groupe au moins une session à l'avance. En cas d'annulation de dernière minute (moins d'un mois à l'avance), la séance est due.



Animatrice du groupe : Mahia Gardes - 06 25 76 73 26

Gestalt thérapeute, titulaire du CEP, certifiée en EMDR humaniste, formée en danse des 5 rythmes (formation Les Vies dansent). Membre de la FF2P.

En recherche permanente sur le mouvement en thérapie, j'intègre à ma pratique, la danse et la méditation thérapeutique.