LudiKSensoriel

Animations socio-culturelles
Inter-générationnelles



Ateliers ludiques et sensoriels d'expression corporelle et créatifs



Bien-être
Éveil
Danse
Yoga
Couture









Toutes structures et particuliers

Le bien-être en mouvement, à tous les âges de la vie !

Vous avez besoin d'un projet fédérateur, original et enrichissant qui procure du bien-être à vos participants ?

Je propose un éventail d'ateliers ludiques et sensoriels d'expression corporelle et créatifs.

Ce projet est né, après 20 ans d'animation d'éveil corporel en structures collectives pour séniors, enfants et personnes en situation de handicap, mêlée à mes passions et formations « danse, chant, clown d'impro, yoga, qi gong, couture ».

À qui sont destinées mes séances?

Pour toutes les structures et les particuliers
entre la Suisse et la France.



Jeunesse

- Crèche, jardin d'enfants, centres de loisirs,écoles ...



Séniors et Âge d'or

EMS, EHPAD, foyers de jour, résidences, clubs...

- Séances individuelles ou en groupe.



Intergénérations

- Rencontres autours d'un atelier et d'un goûter ou d'un repas partagé.

CHRISTELLE CLAME
ANIMATRICE
SOCIOCULTURELLE
LudiKSensoriel



Au cœur de la vie, tous vos sens en action !

Mes ateliers

Voyage sensoriel





Une même trame rituelle à chaque séance, un thème différent à chaque fois.

Expression corporelle dans une bulle imaginaire

Assis sur des tapis ou sur une chaise en cercle, tous embarquent pour une histoire ludique et imaginaire. La séance commence calmement par des respirations et échauffements. Elle monte doucement en énergie entre postures, mouvements et sons, avant de revenir au calme assis ou allongés sur le dos pour une bulle sonore de détente partagée.

Voyage sonore: le corps devient instrument (tapping, vocalises, utilisation de petits instruments, expressions théâtrales).

Voyage entre ciel et terre : postures de yoga adaptées, étirements, figures d'animaux et d'éléments naturels.

Voyage avec les cartes ludiques: un parcours d'images à mimer.

Voyage musical : danse et jeu, en expression libre.

Danse





Habiter l'espace et son corps "danses latines et bals"

Je réponds aux attentes, besoins et difficultés des participants. Toujours attentive à l'état d'esprit de chacun et surtout ne mettre personne en situation d'échec.

Un échauffement sous forme de chorégraphie et d'enchaînements lents. Viens alors la découverte des pas de base, ou la révision de la semaine précédente, que je répète plusieurs fois. S'en suit la pratique à deux pour effectuer une synchronisation et mise en pratique du tempo. La séance est plus dynamique au fur et à mesure de l'énergie générale. Étirements et relaxation finale.

Couture





Créativité et réalisation de soi

Je vous transmets mon experiences de styliste de mode.

Durant la séance, j'accompagne de façon personnalisée dans toutes les étapes en naviguant de l'une à l'autre. J'apporte une attention particulière à chacune selon ses émotions du jour. À travers cette démarche, nous abordons toutes les étapes et difficultés rencontrées en couture.

Je fais en sorte que toutes aient bénéficié de mes conseils et surtout avancé dans leur ouvrage durant le créneau dédié. Le but est de ressortir du cours en ayant réalisé et appris quelque chose.

En savoir plus, contactez-moi !

+33 7 59 59 21 75 contact@ludiksensoriel.com

- Bien-être physique et moral.
- Confiance en soi.
- Retrouvez son âme d'enfant.
- Découvrir sa creativité.
- Deconnecter et lacher prise.
- Lien collectif et complicité.

CHRISTELLE CLAME
ANIMATRICE
SOCIOCULTURELLE
LudiKSensoriel



Au cœur de la vie, tous vos sens en action !

Pourquoi faire appel à moi ?

J'interagis avec chacun afin d'installer une atmosphère complice et créative.
J'encourage l'estime de soi en instaurant une approche de confiance bienveillante.

Titulaire d'un BPJEPS AS et d'un BTS stylite ainsi qu'une expérience en structures et auprès de particuliers enthousiastes.



Une pratique multi-disciplinaire une large palette d'outils pour adapter chaque séance au groupe et à l'objectif.

Une approche inclusive et un parcours d'animatrice en EHPAD, et à domicile. Des activitées adaptées pour les personnes autonomes comme en situation de handicap.

Des effets concrets et observés Meilleur sommeil, expression plus libre, éveil, lien social renforcé...

Parlons de votre projet

Une question ou une demande spéciale ?
Contactez moi !

+33 7 59 59 21 75

contact@ludiksensoriel.com

Séance collectives en structures publiques et privées et pour les particuliers.

Devis gratuit sous 48h. Tarifs dégressifs selon la frequence.

LudiKSensoriel

Au plaisir de voyager ensemble !



Siret:443812797