

LIEU

Sion, salle Aula du collège de la Planta

Av. de la Gare 45 – face au collège, autre côté de la route

Parking du collège libre

ACCUEIL

dès 09h30, début du stage 10h30

Logement possible chez l'habitant : 079.635.16.86

Par message WhatsApp, merci

Renseignements : 079.298.34.89 (Louis Maret)

Stage réservé aux membres d'une association de Biodanza

PRIX

CHF 100.- pour les membres de l'association valaisanne

CHF 150.- pour les autres

INSCRIPTIONS

avsb@biodanza.ch

Inscriptions validées au paiement

IBAN : CH 19 8080 8004 7941 5628 0

AVSB, rue St-Raphaël 12, 1966 Signèse-Ayent

REPAS

Les repas de midi sont organisés sous forme de repas canadien

Le repas du samedi soir est une invitation à partager un temps ensemble

Une soirée repas est organisée pour les gens qui souhaitent partager ces instants de convivialité.

Prix : 25.- (à payer lors de votre inscription)

MÉTAMORPHOSE OU L'AUDACE DE VIVRE DANS UN MONDE EN MUTATION



SION, LES 13 ET 14 JUIN 2026

Stage de Biodanza facilité par Paula Roulin Prat

Organisation : AVSB



Je me suis toujours intéressée à l'humain et à son épanouissement.

Mon premier métier fut psychologue, et plus particulièrement psychogérontologue, métier que j'ai pratiqué pendant 10 ans.

J'ai également étudié dans le cadre de mes études universitaires la psychopathologie et la psychopédagogie.

Je me suis tournée vers la Biodanza et le psychocorporel dès 1988.

Je me suis formée à l'école européenne de Biodanza en Suisse avec différents enseignants dont le créateur de la Biodanza, Rolando Toro Araneda et suis diplômée de nombreuses extensions. Je suis actuellement co-directrice de l'école de Biodanza Rolando Toro de Lyon que j'ai créée en 2002.

Métamorphose ou l'audace de vivre dans un monde en mutation

Nous vivons une époque où tout se transforme à une vitesse vertigineuse : nos sociétés, nos technologies, nos façons de communiquer, nos liens à la nature et même nos repères intérieurs.

Vivre dans un monde en mutation, c'est accepter que nous ne sommes pas figés mais en devenir, capables de croissance, de créativité et de renaissance. Tout respire, se défait, change et nous pousse à nous réinventer, à créer de nouvelles façons d'aimer et de tisser des liens, à penser et à agir de manière différente, à oser s'ouvrir à de d'autres formes d'existence et à redécouvrir la joie profonde d'habiter pleinement notre humanité.

La métamorphose n'est pas seulement un passage, c'est un choix courageux : celui d'accueillir l'incertitude, d'accepter l'inconfort du changement et de se laisser surprendre par ce qui émerge. Elle nous rappelle que la vie est mouvement et qu'il n'y a qu'à se laisser traverser par le flux du vivant. Elle suppose une audace, celle de se délester de l'ancien pour embrasser l'inconnu, de quitter la sécurité des certitudes pour explorer le champ des possibles.

Ainsi, l'audace véritable est peut-être de demeurer vivant au milieu des bouleversements, de faire de notre fluidité une force, et de nos déséquilibres une source de créativité.

Se métamorphoser pour ne plus chercher à posséder le monde mais apprendre à danser avec lui, à son rythme changeant, dans la confiance que chaque mouvement, chaque élan vital, ouvre un passage vers plus de liberté.