

L'association " Croque la vie" ouvre un cabinet de somathérapie



L'association " Croque la vie" ouvre un cabinet de somathérapie

Bien-être à L'Isle-Jourdain

Depuis le 1er octobre, Frédérique Groffe, de l'association Croque la vie, reçoit les personnes en demande de mieux être physique, émotionnel, relationnel dans leur quotidien, à L'Isle-Jourdain. L'association Croque la vie, située à Ségoufielle, a pour objectifs « de promouvoir et développer l'expression humaine dans toutes ses dimensions (musique, danse, voix)... favoriser le mieux être individuel et le lien social ».

Créée en 2013, l'association a commencé son activité en proposant des cours de Biodanza à différents publics sur l'ouest toulousain (cours adultes, interventions dans les crèches, les RAM...). La Biodanza est un système de danse créative et expressive accessible à tous quelque soit l'âge et la condition physique.

Sous l'impulsion de Frédérique Groffe, animatrice et coordinatrice de l'association, l'association développe une nouvelle activité qui s'installe à L'Isle-Jourdain.

La somatothérapie

Frédérique, somatothérapeute certifiée par l'École du Corps Conscience de Montpellier, propose un accompagnement thérapeutique individuel fondé sur les liens étroits existant entre le corps, les émotions et l'énergie. Le corps constitue la mémoire émotionnelle individuelle : les émotions infantiles non exprimées se cristallisent dans le corps et créent des « cuirasses » qui structurent la personnalité. Cette construction, qui a permis à l'enfant de grandir, peut parfois devenir inadaptée à l'âge adulte et induire des difficultés relationnelles, émotionnelles, physiques qui « handicapent », « polluent » « limitent » la vie quotidienne..

À la fois verbale, corporelle et énergétique, la somatothérapie utilise des outils variés qui touchent et libèrent ces tensions émotionnelles. Les blocages levés, l'énergie circule à nouveau, la personne retrouve son unité (psychique, émotionnelle et physique) et sa capacité à agir en cohérence avec ses aspirations profondes.

Le cabinet est ouvert les lundi, mardi et mercredi de 8 h à 19 h.

Pour prendre un rendez-vous, contacter Frédérique Groffe au 06 12 29 00 71