



Pascale Gorisse

QI GONG

Mon parcours à la MJC débute au début des années 2000, lorsque j'y anime les ateliers d'éveil musical puis le parcours ourson pour les enfants, adaptant au jeune public ma formation à la pédagogie Martenot. Le but est d'ouvrir grand ses oreilles, d'expérimenter des rythmes, de laisser s'exprimer son imaginaire, d'apprendre en s'amusant. Ainsi font font font... est créé en 2011, un atelier où les enfants dès 1 an sont accueillis accompagnés d'un parent pour un moment de pratique musicale collective autour d'une histoire ou d'une comptine. Ma formation de musicienne et ma pratique de la relaxation m'ont appris l'écoute et la bienveillance, ce qui m'a bien servi pour travailler auprès d'enfants.

Je me sens très attachée à la MJC de Montesson. Travailler ici c'est apprendre à faire vivre les valeurs de l'éducation populaire. La formation qi gong que je suis à l'Ecole des Temps du Corps me conduit à animer de nouveaux ateliers pour adultes. Se détendre, éveiller son énergie, prendre conscience de sa respiration et profiter des bienfaits d'une pratique régulière en sont les principaux objectifs.

Ce que je recherche ? Ouvrir ma pratique à de nouveaux adhérents, nourrir du lien, des savoirs et la joie de pratiquer une activité commune.

