

Un atelier pour s'accepter tel que l'on est



Marine de l'association M. Your body réalise des dessins pour aider les gens à accepter leur corps.

Prescilla Chauvelier est en service civique au centre social Les Possibles. Elle a pour mission de sensibiliser aux discriminations en tous genres. Après une conférence sur le harcèlement scolaire, elle a eu envie de s'intéresser à un sujet plus léger mais tout aussi important : l'acceptation de soi, ou le body positive.

« Après les fêtes, alors que les abonnements aux salles de sport sont en augmentation, proposer un atelier body positive tombe bien », explique la jeune fille, qui sera aux côtés de Marine de l'association M. Your body pour l'occasion.

L'atelier de 2 heures se déroulera samedi 29 janvier à 14h aux Possibles. « A travers des exercices de groupe, on essaiera de faire en sorte que les gens se voit avec un autre regard. Le but est de les aider à prendre conscience de leur corps, et de les confronter au regard des autres. On se focalise sur nos défauts, mais ce n'est pas forcément ce que les autres voient de nous. » Une fresque sera réalisée. Elle représentera les corps des participants.

Contact : Les Possibles au 02 43 04 22 93. Limite à 8 places. Des 15 ans.