

# MEIA LUA

## Ateliers thérapeutiques de médiation corporelle par la capoeira

A l'image de la « meia lua », coup de pied circulaire associant beauté du geste, échange avec l'autre et ouverture d'un combat symbolique fait de feintes, d'attaques, de contre-attaques et d'esquives, les ateliers de médiation par la capoeira allient différentes pratiques (thérapeutiques) de l'esprit et du corps.

Les participant aux **ateliers Meia Lua** apprennent à reconnaître leurs émotions, à les gérer et à les exprimer. Cet apprentissage favorise autant l'estime de soi et la créativité que l'exploration d'une autre manière d'être en lien avec autrui. Il offre à chacun de nouvelles perspectives personnelles et relationnelles.

### Encadrants

Les ateliers sont encadrés par une équipe constituée de **Renaud Zanone**, (psychologue), **Cécile dos Santos** (médecin), **Lucille Jaussy** (infirmière et capoeiriste), et **Jairo dos Santos** (maître de capoeira).

Les séances sont hebdomadaires et durent 2 heures. Une tenue confortable est recommandée, les pieds nus ou en baskets.

### Informations pratiques

Si vous êtes intéressé et souhaitez plus d'informations:

**Renaud Zanone au 079 431 91 70**

ou **Cécile dos Santos : [cecile@azulcapoeira.net](mailto:cecile@azulcapoeira.net)**

Des informations à l'intention des professionnels sont également disponibles sur les sites internet:

**[www.azulcapoeira.net](http://www.azulcapoeira.net)**

(rubrique cours, puis ateliers thérapeutiques)

et **[www.nous-autres.ch](http://www.nous-autres.ch)**

Nos ateliers se déroulent à:

**Lausanne**, l'Avant Scène, rue Centrale 31  
et **Yverdon**, Centre de Capoeira, avenue de Grandson 62A