



PARTITION

- * **Sentez-vous libre de vous déplacer dans l'espace.** Temps : Tout le temps qu'il vous faudra pour trouver votre place.
- * **Mettez vous à l'aise dans l'espace.** Trouvez la place qui vous plaît. Possibilité de faire des petits mouvements pour ajuster votre corps, de diriger votre attention comme vous en aurez besoin. Temps : Tout le temps dont vous en aurez besoin.
- * **Un moment pour regarder tout ce qui se passe autour de vous.** Quand il vous plaira.
- * **Laissez-vous agir dans l'entourage.** Temps: chaque fois que vous en aurez besoin.
- * **Laissez agir l'entourage en vous.** Temps : Tout le temps que ça soit bon pour vous.
- * **Puis, si c'est bien pour vous, prenez un bon moment de repos.** Temps : quand ça sera bien pour vous.

S
P
E
C
T
A
T
E
U
R
S

RESPIREZ!



Prototype Interstitiel

