

# Isabelle Kraiser

JUNIORS CREATEURS  
Contact

**Téléphone portable:** 06 09 07 12 16

**Email de contact:** [i.kraiser@free.fr](mailto:i.kraiser@free.fr)

**Site internet:** <http://isabelle.kraiser.free.fr>

**Responsable:** Isabelle Kraiser, Association La boulangerie

« **NOUS SOMMES TOUS DES POUSSIÈRES D'ÉTOILES** »

**Corps/ mouvements/dessins/expression orale/photographies**

Les noyaux des atomes qui constituent notre corps ont été engendrés au centre d'étoiles mortes il y a plusieurs milliards d'années. Ces étoiles sont la source du carbone, de l'azote et du lithium que nous renfermons dans nos cellules. Le système solaire et donc la terre comme tous les êtres qui y vivent sont composés d'atomes qui proviennent d'étoiles antérieures au soleil. Dire que nous sommes des poussières d'étoile fait référence aux atomes qui nous constituent. Nous sommes ainsi relié à toute la chaîne du vivant et de même nature intrinsèque que la terre, l'eau des rivières et des océans, les végétaux, les animaux, les minéraux...

C'est cette histoire EXTRAORDINAIRE que je souhaite faire partager aux élèves à travers l'expression corporelle et le récit de notre origine. La respiration et la relaxation seront les portes d'entrée vers cette aventure pour aller vers soi, vers les autres et vers tous les êtres de la nature.

A cet atelier d'expression corporelle sera ajoutée la photographie comme relevé des traces de la présence des corps en lien avec les esprits du Vivant.

*Nous nous mettons en mouvement à partir de ressentis internes du corps pour aller vers l'extérieur, vers l'espace environnant et vers les autres. A partir de petits exercices simples de respiration, de déplacements, de relaxation, de contact, nous découvrons concrètement notre anatomie, nous prenons conscience de quoi nous sommes constitués pour aller à la rencontre de nous-mêmes - êtres de la chaîne du vivant - sur la planète -.*



**BIEN-ÊTRE  
ET SANTÉ**



**SOLIDARITÉ ET  
COHÉSION SOCIALE**



**Contraintes :** (nombre de classes, niveau des élèves, matériel nécessaire...)

**2 classes possibles avec 12 heures pour chaque classe (6 séances de 2 heures), dans la même école si possible.**

**Niveau possible :** de la grande section de maternelle au CM2