

**ΧΟΡΟΥΘΜΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΠΡΩΤΟΓΟΝΗΣ ΕΚΦΡΑΣΗΣ
ΣΤΗ ΣΥΡΟ**

με τις
France Schott Billmann
Κατερίνα Σταύρου
Ελένη Χατζηγεωργίου



31 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ-4 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2026

Φέτος, συναντιόμαστε ξανά σε ένα πενήνημερο εργαστήριο Χοροϋθμικής Θεραπείας στο οικολογικό χωριό “Anassa Cycladic Village”, στη Σύρο.

Σε μια εποχή γεμάτη προκλήσεις, αβεβαιότητα και συνεχείς αλλαγές, επιλέγουμε να στρέψουμε την προσοχή μας σε όσα μας ενώνουν.

Στις πρώτες μέρες του Σεπτεμβρη, μέσα στην αγκαλιά της κυκλαδίτικης φύσης, δημιουργούμε ένα χώρο συνάντησης και ουσιαστικής ανθρώπινης επαφής. Ένα χώρο όπου καλλιεργούμε τη χαρά ως πολύτιμο ψυχικό απόθεμα και συνδεόμαστε ξανά με τη δύναμη της συλλογικής εμπειρίας.

Στη Χοροϋθμική Θεραπεία το σώμα έχει τον πρώτο λόγο. Ο διάλογος γεννιέται μέσα από το ρυθμό, η συνάντηση μέσα από την κίνηση, το βλέμμα, το σύμβολο και το παιχνίδι.

Σας προσκαλούμε να συντονιστούμε με τον κοινό παλμό της ζωής, που αναδύεται όταν οι άνθρωποι συναντιούνται, δημιουργούν και αναστοχάζονται μαζί.

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ

France SCHOTT-BILLMANN, Βιολόγος, Ψυχολόγος, Ψυχαναλύτρια και διδάσκουσα στο Πανεπιστήμιο RENÉ DESCARTES στο Παρίσι, συγγραφέας πολυάριθμων έργων για τις κοινωνικές και θεραπευτικές λειτουργίες του χορού.

Κατερίνα ΣΤΑΥΡΟΥ: Φιλολόγος, Ξεναγός, Εθνομολόγος του Χορού, Χοροθεραπεύτρια DRT

Ελένη ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ, Ψυχολόγος ΕΚΠΑ, Ψυχοθεραπεύτρια Gestalt, Χοροθεραπεύτρια DRT, Χορογράφος

Βασίλης ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ, Μουσικός (κρουστά)

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:

-DRT-I (Διεθνής Σύλλογος Χορορυθμικής Θεραπείας)

-Atelier du Geste Rythme (Εργαστήριο Ρυθμικής Κίνησης : 4, RueLalande, 75014 Παρίσι)

-DRLST Ελλάδας (Χορός, Ρυθμός, Κοινωνικός δεσμός, Θεραπεία)

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

-**Τοποθεσία**: Νήσος Σύρος, Κυκλάδες, στο ξενοδοχειακό συγκρότημα “Anassa Cycladic Village”, στην παραλία του Γαλησσά. <https://www.syros.gr/el/anassa-cycladic-village/>

-**Διάρκεια εργαστηρίου**: 18 ώρες (5 ημέρες, 4 νύχτες), κατανεμημένες σε πρωινές και απογευματινές συνεδρίες, οι οποίες περιλαμβάνουν πρακτική χοροθεραπείας, μοίρασμα και συζήτηση της εμπειρίας από τη διαδικασία, καθώς και πολιτιστική ενημέρωση για τη Σύρο και διδασκαλία τοπικών παραδοσιακών χορών.

Το πρόγραμμα διαμορφώνεται με τέτοιο τρόπο, ώστε να υπάρχει και ελεύθερος χρόνος για περιήγηση στο νησί, μπάνια και χαλάρωση στη φύση.

Λεπτομερές πρόγραμμα θα δοθεί στους συμμετέχοντες κατά την έναρξη του εργαστηρίου.

-**Έναρξη Εργαστηρίου**: Δευτέρα, 31 Αυγούστου 2026, ώρα 18:00

Λήξη: Παρασκευή, 4 Σεπτεμβρίου, ώρα 12.00

Δηλώσεις συμμετοχής και περαιτέρω πληροφορίες:

Ειρήνη Λάμπρου/ e.lamprou81@gmail.com/τηλ 6940996442

Κατερίνα Σταύρου / katstavrou@gmail.com / τηλ.6972862819

Καταληκτική ημερομηνία για κράτηση δωματίου στο Anassa Cycladic Village: 30 Ιουνίου

Καταληκτική ημερομηνία δηλώσεων συμμετοχής: 15 Ιουλίου

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΟΡΟΡΥΘΜΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η Χορορυθμική Θεραπεία συνδυάζει την ανθρωπολογική και κοινωνιολογική μελέτη του χορού με σύγχρονες προσεγγίσεις της ψυχολογίας, αξιοποιώντας τη θεραπευτική και κοινωνική λειτουργία του ρυθμού. Στο επίκεντρο βρίσκεται η ενίσχυση του κοινωνικού δεσμού, της ψυχικής ισορροπίας και της καλλιτεχνικής έκφρασης.

Η τεχνική σωματικής έκφρασης που χρησιμοποιείται στη Χορορυθμική θεραπεία, ονομάζεται «Πρωτόγονη Έκφραση» (Primitive Expression). Η Πρωτόγονη Έκφραση βασίζεται στις παγκόσμιες δομές του χορού και της μουσικής που είναι κοινές στους φυλετικούς και παραδοσιακούς χορούς ανά τον κόσμο:

τη σημασία της ομάδας, το ρυθμό, την απλή συμβολική κίνηση, την επανάληψη, την τελετουργία, το τραγούδι, το μηχανισμό της έκστασης.

Αναζητά το «πρωτογενές», το «πρωταρχικό» στην έκφραση και τη σχέση του ανθρώπου με τις «ρίζες» του, τον εαυτό του, τους άλλους και τον κόσμο.

Στόχος των ομάδων είναι να ξαναχτιστεί μια υγιής σχέση με το σώμα-εαυτό, μέσω της ρυθμικής κίνησης, η οποία οργανώνει τους παλμούς της καρδιάς, ισορροπεί το ρυθμό της αναπνοής και βοηθάει να εκφορτιστούν σωματικές και ψυχικές εντάσεις, μπλοκαρίσματα και άγχος, καθώς διοχετεύονται στην κίνηση και μετασχηματίζονται δημιουργικά.

Οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να διοχετεύσουν σκέψεις και συναισθήματα μέσα σε συμβολικές κινήσεις που προτείνονται από τον συντονιστή, εμπνευσμένες από εικόνες και στοιχεία της φύσης, της μυθολογίας, της παράδοσης, της καθημερινής ζωής, να αποδώσουν το δικό τους νόημα σε αυτό που τους αφορά στο σήμερα και να συνδεθούν με την ομάδα, ανανεώνοντας την ενέργειά τους μέσα σε ένα ασφαλές πλαίσιο χαράς, ανταλλαγής, παρουσίας και συλλογικότητας.

Η Πρωτόγονη Έκφραση ξεκίνησε ως τεχνική χορού από τον Αϊτινό χορευτή HERNES DUPLAN, σε συνεργασία με τη μεγάλη πρωτοπόρο χορογράφο και ανθρωπολόγο, KATHERINE DUNHAM. Στη συνέχεια, η FRANCE SCHOTT-BILLMANN, βιολόγος, ψυχολόγος και ψυχαναλύτρια, καθηγήτρια στη Σορβόνη, την ολοκλήρωσε και τη δόμησε επιστημονικά ως μέθοδο χοροθεραπείας, διαδίδοντάς την σε όλο τον κόσμο μέσω πολυάριθμων εργαστηρίων και των βιβλίων της, πολλά από τα οποία έχουν μεταφραστεί.