

GANT ANNA-SOAZ BERVET HA LOIG JADE

Ar c'horf, ar selloù hag ar vouez

Araok kregiñ da c'hoari e ranker kemer amzer da zistignañ ar c'horf. Er vuhez pemdeziek e vez lakaet bec'h war an den, war e gorf. Neuze e vo kemeret amzer da sioulaat ha da selaou ar c'horf dre pleustradegoù Qi Gong evit mont e darempred gant hon diabarzh deomp-ni. Peurechuet e vo al labour gant ar c'horf a drugarez d'an dañs a sikouro ac'hanomp da gaout skiant eus an egor a zo tro-dro deomp hag eus korfoù an dud a vo a-gevret ganeomp war al leurenn.

Pouezus-kenañ eo alaniñ mat. A-drugarez d'an alan e c'heller implijout mat ar vouez hag ar c'horf. Klask a reomp ezteurel ar vouez, labourat war an distagadur hag an taol-mouez.

Ar c'hoariva-skeudenn (le théâtre image)

Ar c'hoariva-skeudenn a sikouro pep hini da vezañ en e aes war al leurenn, da c'hoari da vat ar pezh a zo don en e galon, da vezañ a-unvan gant ar fromoù a santer, da vezañ war evezh e pep mare ha da vezañ kad da c'hoari war ar prim. Pleustradegoù a vo diazezet war an alan, ar selaou hag ar sellet.

Ar skritur

Deuit gant un danvez pe ur foto, ur ganaouenn, ur c'hoari, un dilhad... deus ho familh.

Tamm-ha-tamm e vo skrivet hag ijinet istorioù berr ha divizoù ganeoc'h. Al labour gant ar c'horf, gant ar vouez, gant ar selloù a vo un digarez da bep hini da ijinañ ha da skrivañ.

Ul labour a-stroll eo ar c'hoariva : ober anaoudegezh gant ar re all, kemer plijadur, ha kaout doujañs dreist pep tra. Ret a vo dont bemdez ha chom betek Gwener noz evit an abadenn.

Petra zo da zegas ?

Un danvez pe ur foto, ur ganaouenn, ur c'hoari, un dilhad... deus ho familh

Dilhad bemdez sklaer pe gant livioù : bragoù pe sae pe vroz, hiviz pe roched pe tee-shirt, un tog, danvez, ha dafar a bep seurt. Lakaet a vo an dilhad-se asambles evit ober ur gwiskva a-stroll,

Botoù du skañv pe botoù dañs,

Un tapis, ur c'haier hag ur c'hreion.

EVEZHIADENN : Pleustret e vo war an danvez-se bemdez eus 9 eur betek kreisteiz hag eus 2 eur betek 5 eur goude kreisteiz, a-hed ar sizhun.

Ar stajidi o devo dibabet mont gant ur rummad diouzh temoù e-giz hemañ ne c'hellint ket kemer perzh er c'hentelioù brezhoneg kinniget diouzh live an dud.