



INFORMATIONS



SAINT-LOUIS Lieu sera précisé ultérieurement vers

Saint-Louis



Début le lundi 23 mars 2026



DURÉE : 02:00

Prix : 234.00 €

PROFILS : Art-thérapeute

PRE REQUIS :

Aucun pré requis artistique : juste l'envie d'explorer de nouvelles facettes de vous, d'exprimer vos sentiments, vos besoins, vos ressentis et de partager dans un cadre adapté et sécurisant.

MATERIEL :

Venez en tenue confortable avec un tapis de sol ainsi qu'un plaid et un petit coussin...pour prendre soin de vous.

Pensez à apporter un petit carnet avec vos stylos ou crayons favoris pour prendre vos notes.

Le reste du matériel de création sera fourni.

CODE ACTIVITÉ : 10SL834

DESCRIPTION

Les séances débutent par un temps de parole et d'éveil corporel pour favoriser la présence à soi au sein du groupe (ancrage, respiration, mouvements doux), vient ensuite le temps de la médiation artistique (dessin, peinture, danse libre, théâtre, yoga du rire, travail autour du conte, écriture, etc) vous invitant à l'expression de vos sensations, émotions, images mobilisées par le travail psycho-corporel. La production se déroule dans un cadre respectueux de votre rythme, et de vos perceptions. Elles se clôturent par la verbalisation et la mise en mots pour mettre du sens dans ce qui a été présent permettant de relier l'expérience corporelle, la création ainsi que le vécu psychique, ainsi que de renforcer le lien du groupe.



OBJECTIFS

L'art thérapie en groupe vise à stimuler votre créativité tout en renforçant le lien social. Elle permet l'expression des émotions à travers différents médias artistiques, la valorisation de Soi et l'apaisement psychique, le tout dans un cadre sécurisant et bienveillant.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	23-03-2026	18:00	02:00	
Lundi	30-03-2026	18:00	02:00	
Lundi	06-04-2026	18:00	02:00	
Lundi	13-04-2026	18:00	02:00	
Lundi	20-04-2026	18:00	02:00	
Lundi	27-04-2026	18:00	02:00	
Lundi	04-05-2026	18:00	02:00	
Lundi	11-05-2026	18:00	02:00	
Lundi	18-05-2026	18:00	02:00	
Lundi	25-05-2026	18:00	02:00	
Lundi	01-06-2026	18:00	02:00	
Lundi	08-06-2026	18:00	02:00	
Lundi	15-06-2026	18:00	02:00	