



INFORMATIONS



ERSTEIN



Début le jeudi 08 octobre 2020



DURÉE : 02:00

Prix : **20.00 €**

PROFILS : Art-thérapeute

PRE REQUIS :

Pas besoin de savoir dessiner ou de connaître les techniques de peinture, tout est fait pour laisser libre cours à votre créativité.

Pour votre confort, nous vous conseillons de porter une tenue décontractée ne craignant pas les tâches de peinture.

Pour information : il s'agit de techniques créatives de bien-être et de développement personnel, sans caractère thérapeutique, qui ne remplacent en aucun cas un traitement médical ni le suivi de votre médecin.

MATERIEL :

Prévoir 5 Euros pour frais de matériel à régler directement à l'intervenante. Merci de faire l'appoint.

CODE ACTIVITÉ : 5ER1231

DESCRIPTION

Atelier Art-thérapie « Colorer sa vie »

Adultes - Maximum 8 personnes

Déroulement de l'atelier :

Présentation en groupe en toute liberté,

Exercice de lâcher prise en individuel ou en groupe,

Proposition de divers exercices en lien avec le thème proposé à l'aide de médiums tel que peinture gouache, acrylique, pastels gras, pastels secs, terre glaise, musique, danse, écriture...

Temps de paroles prévu régulièrement durant le travail, permettant d'éventuelles prises de consciences,

Ronde de clôture.

Pour information : il s'agit de techniques créatives de bien-être et de développement personnel, sans caractère thérapeutique, qui ne remplacent en aucun cas un traitement médical ni le suivi de votre médecin.



OBJECTIFS

Retrouver le goût des choses afin de donner un nouvel élan à sa vie

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Judi	08-10-2020	19:30	02:00	