

Les Ateliers Créatifs Intuitifs

à L'Oustal à Gourdon et à l'EHPAD de Souillac



Groupe de 3 à 10 personnes

Durée de l'atelier 2h - tous les 15 jours le mercredi de 14h30 à 16h30 à Souillac à partir du 28 janvier 2026 jusqu'en décembre 2026 soit 18 ateliers:
28/01 - 11/02 - 25/02 - 11/03 - 25/03 - 8/04 - 22/04 - 6/05 - 20/05 - 3/06 - 17/06 - 9/09 - 23/09 - 7/10 - 4/11 - 18/11 - 2/12 et le 16/12.

Intervenante: Cécilia Puche - Art thérapeute

Contact: 06 26 42 38 03

Les ateliers créatifs basés sur l'intuitif, permettent à chacune et à chacun de laisser libre cours à son imagination et à l'expression de ses émotions à travers les formes et les couleurs avec le support de la peinture, de l'aquarelle, du dessin, du collage et de l'écriture, dans la convivialité et le partage.

Le processus créatif est utilisé pour favoriser l'expression de soi, l'éveil de la curiosité, la concentration, la confiance en soi...

L'atelier est accompagné de musiques, de lectures (poèmes, nouvelles, photos qui peuvent être apportés par les participants également) pour favoriser l'échange collectif, l'inspiration et la création commune et ou individuelle. C'est un moment de plaisir, de détente où chaque participant évolue à son rythme dans un cadre contenant et sécurisant.

Ce processus créatif ne demande aucune connaissance technique, il s'appuie sur l'expression du ressenti afin de contacter un moment de plaisir pour soi à travers la création intuitive.

Alors à vos pinceaux!