Les Ateliers Créatifs Intuitifs

Groupe de 3 à 10 personnes
Durée de l'atelier 2h

Intervenante: Cécilia Puche - Art thérapeute

Intervention de juin 2025 à Décembre 2025 sur Gourdon à l'Oustal de 9h45 à 11h 45 et à Souillac à l'Ehpad " Le Baillot" de 14h30 à 16h30.

Calendrier: Le 11 juin et 25 juin - le 3 et 17 septembre - le 1 et 15 octobre le 12 et 26 novembre - et le 10 décembre.

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!