

Ateliers d'Art Transformationnel "En créant je me crée..."

3 week-ends chaque printemps
(dates sur demande)

Peinture

*Prenons le temps d'un week-end
pour aller explorer la couleur et la matière.*

*Laissons nous sentir la relation étroite
qu'il y a entre ces textures
et les méandres de notre être.*

*Jouons du pinceau pour fouiller notre âme,
de la spatule pour en percevoir quelques contours,
du chiffon pour en essuyer quelques coulures.*

Laissons agir la création...

Par l'expression picturale, nous ressentons, nous touchons et nous sommes touchés. La peinture se projette et nous renvoie à l'image projetée. Telle un miroir, elle nous donne à voir notre propre reflet. Peintre ou spectateur, la peinture agit sur nous en profondeur et participe ainsi au travail de restructuration de la personne.

Pour qui : Adultes. (Places limitées).

Quand : Le samedi de 9h30 à 18h et le dimanche de 9h à 17h30 environ.

Combien : 250€ un we, 450€ 2 WE, 650€ 3 WE. (dont 50€ de fournitures par WE)

Aucun pré requis artistique n'est demandé.

Anne-Laure LETONDOZ

**Art-Thérapeute, Accompagnante
en création, Praticienne en
psychothérapie.**

Formée et certifiée par le MAT
(Mouvement d'Art-Thérapeutes),
membre adhérent du MAT et membre
accréditée de la FFAT (Fédération
Française des Art-Thérapeutes).



Contact et renseignements:

Anne-Laure LETONDOZ
28 Grande Rue - 90120 MEZIRE
06.77.11.56.05

contact@letondoz-art-therapie.fr

Retrouvez toutes les infos sur:

www.letondoz-art-therapie.fr



Anne-Laure LETONDOZ

Cabinet de Psychothérapie Atelier d'Art-Thérapie

*N'attends pas que demain
T'apporte ce que tu veux aujourd'hui,*

*Crée aujourd'hui
ce que tu veux de demain.*

Je suis Art-Thérapeute, Accompagnante en création, Praticienne en Psychothérapie.

L'Art-Thérapie... La Psychothérapie... Pour quoi?

- Traverser un passage difficile, un mal être,
- Être accueilli dans ses difficultés psychiques et être accompagné pour les transformer,
- (Re)trouver son élan vital et son élan créateur,
- S'ouvrir à de nouvelles possibilités de vie,
- Donner sens à son existence...

La création...

... est un puissant levier qui utilise **l'imagination créatrice** comme facteur de **transformation**. Elle s'appuie sur des médiations telles que la peinture, la terre, l'écriture, la voix, le corps en mouvement, la fabrication et le jeu de masques... pour permettre la **symbolisation** des émergences de l'inconscient. Elle favorise une expression de soi non verbale et symbolique.

L'art-thérapie...

... s'inscrit dans le cadre d'une **relation thérapeutique**. J'accompagne les personnes dans le dépassement de leurs difficultés personnelles en stimulant leurs **capacités créatrices**.

Les mercredis créatifs Ateliers d'éveil créatif pour enfants

Il s'agit d'un lieu d'expression, où avec des supports tels que le carton, la peinture, le collage ou la terre, j'accompagne les enfants de **3 à 12 ans** à se découvrir eux même, à **s'éveiller à leur créativité**.

Quand : Les mercredis en période scolaire 9h15-10h30 ou 10h45-12h ou 13h15-14h30.
Combien : 20€/mois avec un engagement à l'année.



L'Atelier de création La création comme outil de bien-être

L'atelier de création est un **espace ouvert dédié à la création**. Peinture, modelage, collage... laissez libre cours à votre **imagination**.

Créer pour le plaisir, créer pour se détendre, créer pour oser... Découvrir ou redécouvrir ses propres talents.

Je vous accompagne, pas à pas, dans votre besoin, à partir de votre projet et de vos demandes.

Pour qui : Adultes et adolescents.

Quand : A votre rythme dans les créneaux suivants: 2 jeudis par mois de 20h à 22h et 2 vendredis par mois de 10h à 12h.

Combien : 28€ la séance d'essai puis 35€ par séance. (Avantage carte de fidélité)



Atelier d'art transformationnel La création comme outil de transformation

«Si nous reconnaissons que nos actes créateurs, par essence œuvrent à notre transformation, alors nous pouvons parler d'Art Transformationnel, un prolongement de l'Art-Thérapie, tout en s'en différenciant.»

Henri SAIGRE - «Deviens qui tu seras»

Voyageant du modelage à la peinture, du collage au clown, de la danse au dessin, **l'atelier s'invente, s'écrit et se construit pour chacun au gré de ce qui questionne.**

L'atelier est un espace de rencontre... de rencontre de soi, de rencontre des autres, où chacun trouve sa place avec ses difficultés, ses craintes mais aussi ses talents, ses moyens toujours surprenants.

Pour qui : Adultes. Une présence suivie et régulière est nécessaire au bon déroulement du groupe. Un accompagnement thérapeutique personnel par ailleurs est recommandé.

Quand : 1 samedi/mois de 10h à 11h45.

Combien : 60€ la séance.

Inscriptions aux différents ateliers possibles toute l'année en fonction du nombre de places disponibles. Plaquettes détaillées et dates sur demande.