

Année 2018/2019

L'association Alternative Bien-être propose :

Mercredi 30 janvier 2019 - 20h-22h



## Atelier pratique

# Art-thérapie : Accueillir la nouvelle année

animé par Emilie BUGNON,

Psycho-somatothérapeute, art-thérapeute et hypnothérapeute

avec le soutien de



## Profitez du changement d'année pour donner un nouvel élan à 2019 !

Cet atelier vous permet d'expérimenter une première approche de l'art-thérapie. A partir d'une méditation guidée, vous aurez l'occasion d'exprimer votre créativité à l'aide de consignes simples basées sur l'utilisation de techniques mixtes (écriture, peinture intuitive, collage).

Réalisez votre composition personnelle sur un carton toilé de 30x30 cm.

*Aucune connaissance artistique n'est nécessaire. Matériel fourni.*

### A savoir :

Conditions : 5 à 10 personnes inscrites

Durée : 2h

Tarif par adhérent : 30 €

Lieu : centre socio-culturel 8 avenue de Nierstein 21220 Gevrey-Chambertin

### Renseignements et inscriptions :

Le nombre de places étant limité, il est nécessaire de s'inscrire préalablement.

Tél : 06.67.16.96.15

Mail : [contact@alternative-bienetre.fr](mailto:contact@alternative-bienetre.fr)

@ : <http://alternative-bienetre.fr/>

Facebook : Alternative Bien-Etre