



CHEMINER AVEC L'ART-THÉRAPIE



**Au sein d'un petit groupe bienveillant
accompagné par Anne Peigné, Art-thérapeute**

Cycle de 5 séances de 3 heures

Les vendredis après-midis ou les samedis matins - voir dates au verso.

Dessin, peinture, collage, modelage...

Écriture intuitive, Méditation guidée.

(Nul besoin de savoir-faire artistique pour participer)

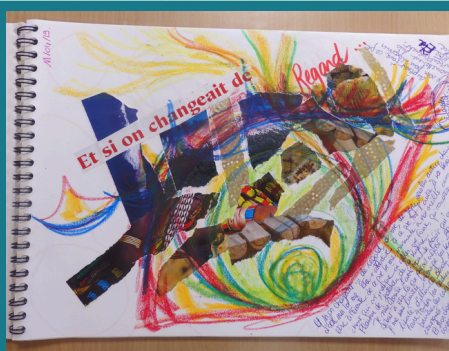
55 € les 3 heures,

>> 275 € le cycle des 5 séances <<

Pour quoi ?

- > Mettre en lumière ce qui nous limite (peurs, croyances, jugements, etc),
- > Prendre le temps d'écouter et d'accueillir les émotions et les ressentis corporels,
- > Clarifier ses besoins, ses désirs et ses projets,
- > Oser être pleinement soi-même et prendre la responsabilité de sa vie.

L'Art-thérapie
nous offre un chemin
au-delà du mental
et nous permet
d'aller à la rencontre
de nous-même
de façon créative.



Anne Peigné, Art-thérapeute - Le Champ libre Atelier

www.lechamplibre49.fr

06 72 90 53 25 - lechamplibre@yahoo.com

1004 route des Avirés, 49500 Chazé-sur-Argos



CHEMINER AVEC L'ART-THÉRAPIE

Au sein d'un petit groupe de 3 à 4 personnes
accompagné par Anne Peigné, Art-thérapeute

Cycle de 5 séances de 3 heures = 15 heures

*Le travail en groupe nécessite un engagement
à participer à l'ensemble des séances*

• **Groupe du vendredi après-midi (de 13h à 16h)** •

1 vendredi après-midi / mois de février à juin 2025

>>> Dates des rencontres : 28/02/25 - 28/03/25 - 25/04/25 - 23/05/25 - 20/06/25

• **Groupe du samedi matin (de 9h30 à 12h30)** •

1 samedi matin / mois de mars à juin 2025

>>> Dates des rencontres : 1/03/25 - 29/03/25 - 26/04/25 - 24/05/25 - 21/06/25



L'Art-thérapie nous offre un chemin au-delà du mental
et nous permet d'aller à la rencontre de nous-même de façon créative.

La Méditation guidée nous invite à être présent à ce qui est,
sans chercher à le changer, à apprivoiser nos ressentis quels qu'ils soient,
à dire un grand « oui » à ce qui nous habite.

L'échange en groupe offre une richesse de résonances et de prises de conscience
auxquelles nous n'avons pas accès seul-e.

Bulletin d'inscription disponible sur demande ou sur www.lechamplibre49.fr



**Soyez les bienvenu(e)s pour vivre ce cheminement
au Champ libre Atelier à Chazé-sur-Argos (49500),
un bel atelier artistique avec tout le matériel à votre disposition.**

Anne Peigné, Art-thérapeute - 06 72 90 53 25