

Cultiver l'art d'être soi

Ouvrir le champ des possibles

Éveiller sa curiosité

Utiliser son potentiel créatif

Les arts reposent sur cet imaginaire



La médiation corporelle est une méthode qui invite à des dispositifs artistiques de groupe, dans la dynamique d'un **mieux être**.

Ces séances sont proposées dans un cadre soutenant, développant une **expression corporelle multiple**.

Chaque personne est respectée dans toute sa **singularité** à l'intérieur du groupe.

Les séances s'articulent autour de différents thèmes :

Le mouvement, le son, la voix, l'argile, le collage, la peinture, le dessin...

Le groupe se construit tout en respectant chaque « Un » dans sa singularité. Ces expériences créatives amènent à un ralentissement du mental : jouer avec son corps dans l'espace, prendre plaisir à construire ensemble des moments de créations éphémères, se libérer de tout jugement, de l'idée de performance, mieux comprendre et équilibrer son état émotionnel.

Les séances se dérouleront une fois par mois à Grasse

Salle des augustins, le jeudi de 19h à 20h30

Prix de la séance : 17€

10 personnes maximum pourront être accueillies

Renseignements auprès de Carine Rugliano 06 59 65 40 83

carineartherapeute@gmail.com

<https://carinerugliano.wixsite.com/art-therapie-06>