

L'atelier d'Azadi

Animé par Corinne Mouhat habitante de Meroux-Moval.

Enseignante depuis 30 ans, j'ai suivi en parallèle une formation de 3 ans au sein du Mouvement des Arts-Thérapeutes afin de devenir Art-Thérapeute.

A partir du **8 septembre 2021**, je vous propose des **ateliers d'éveil-crétif** en petits groupes de 4 à 8 personnes dans l'ancienne **mairie déléguée** (Moval). Le matériel est fourni.

Mercredis pour les **enfants et adolescents** de 6 à 16 ans.

Tarif: 85 euros par trimestre (sauf vacances scolaires) - **première séance de découverte gratuite**

Horaires : 14H-15H15 **Atelier d'expression libre**

15H30-16H45 **Atelier guidé**

17H-18H15 **Atelier d'écriture**

Lundis ou vendredis pour les **seniors**.

Tarif: 130 euros par trimestre (sauf vacances scolaires) - **première séance de découverte gratuite**

Horaires : **R.V vendredi 10 septembre à 14H** pour échanger et choisir ensemble le jour et les horaires en fonction des inscriptions.

Atelier d'expression libre / 1H15 (5 personnes maximum)

Explorez, découvrez votre potentiel créatif et entrez en relation avec vos sensations et vos émotions grâce au dessin, peinture, collage, modelage de la terre...

L'accompagnement est personnalisé.

Atelier guidé / 1H15

Exemples de propositions: peindre à la manière d'un artiste, Land Art (création éphémère à partir de végétaux, objets naturels collectés lors de balades en extérieur), le volume avec des matériaux de récupération, marionnettes...

Atelier d'écriture / 1H15

Exemples de propositions: Jeux d'écriture créative, Poésie, Conte, théâtre Kamishibai, récit de Vie (pour les seniors)

Atelier transgénérationnel en réflexion

Bienfaits des ateliers d'art:

Ils stimulent la créativité, permettent l'expression des pensées et des sentiments, améliorent le langage, favorisent la conscience de soi, aident à travailler en groupe en favorisant la solidarité et l'entraide, génèrent un sentiment de sécurité par une écoute attentive et un respect du rythme de chacun, encouragent l'exploration (oser, tester, expérimenter), augmentent la confiance en soi (valorisation par la découverte de son potentiel), encouragent la communication et la prise de décision, aident à faire face aux problèmes, améliorent la motricité, renforcent les fonctions exécutives de « Pouvoir » telles que l'attention, la concentration, la mémoire et l'orientation spatiale.

N'hésitez pas à me contacter pour une pré-inscription (nombre de places limité)

ou toute autre information au **06-70-45-89-27** ou par mail : corinne.mouhat@gmail.com

Je peux aussi vous recevoir en séances individuelles en Art-thérapie