

Contenu et rythme des stages

Nous alternerons entre des ateliers à l'intérieur et des sorties en contact avec la nature pour nous mettre en mouvements et créer.

Un panel d'approches créatrices et techniques du corps en mouvements seront des leviers pour nous sentir vivant et en phase avec l'énergie de renouvellement du printemps et celle de l'accueil de l'abondance de l'été.

Commencer par accorder le corps comme un instrument en pratiquant des étirements, en mobilisant nos articulations, en prenant conscience de notre respiration et en nous ancrant dans nos appuis pour nous mettre en disponibilité.

Puis le "Laisser parler", nous permettre de sentir cette vitalité pour déployer notre mouvement comme les ailes de l'oiseau quand il prend son envol et nous ouvrir à nos sensations qui nous guident.
Être à l'écoute de soi et en relation aux autres.

Des médiateurs tels que la peinture, le modelage, le bricolage, les éléments naturels etc.. prolongeront le mouvement afin de laisser trace assurément vivante.

Cultiver cette présence à soi ouvrira un espace de parole où nous pourrons mieux définir nos intentions et les affiner chaque jour. Grâce à la richesse des échos de chaque personne du groupe, il s'agira d'ouvrir de nouvelles perspectives.

En fin d'après-midi, un temps d'intégration par la relaxation et la visualisation vous sera proposé.

Soirée conviviales : temps de partage et de restitution, autour du feu, lectures, musiques, jeux...

Dans la trame de ces groupes de printemps et été, nous laisserons place à la surprise et à l'imprévu afin que cela soit du "sur mesure" !



Accompagné par
Valérie Bascoul

Psychopraticienne,
art-thérapeute,
formatrice adhérente
au SNPPsy.

"Formée au MAT* il y a 20 ans, je vous accompagne grâce à mon expérience dans le domaine du soin relationnel avec les approches créatrices, danse et arts plastiques, à apprécier chaque instant, être accordé, s'ouvrir à l'imperceptible, être en contact avec son désir qui cherche à être déployé toujours avant... "

A qui s'adressent ces stages ?

A ceux et celles qui sont en chemin de thérapie et qui désirent découvrir ou approfondir la relation à soi et aux autres par les approches créatrices. Aux soignants, éducateurs, enseignants, thérapeutes... qui souhaitent se ressourcer et s'inspirer de cette approche.

L'art-thérapie est ouverte à tous, aucune pratique artistique n'est requise.

Nous sommes tout naturellement capable de créer. Il nous faut parfois juste un accompagnement pour le (re)découvrir.

L'art-thérapie est un accompagnement thérapeutique s'appuyant sur le processus de création.

Le but de cette pratique n'est ni technique ni esthétique.

Il est d'aider la personne à faire émerger son être au plus près de sa vérité, d'advenir.

* Le MAT : formation d'art-thérapeutes et de psychopraticiens relationnels

Informations
& inscriptions
06 72 40 83 20

Création graphique : www.bimbolo.com



Stages d'Art Thérapie en groupe

Corps en mouvement

Une parole qui danse



2018
printemps
été

Accompagnés par Valérie Bascoul
Psychopraticienne, Art-thérapeute
formatrice adhérente au SNPPsy



Au gîte de Briandes du 10 au 13 mai "Au mois de mai toute chose renouvelle..."

Dans le Parc Régional du Haut Languedoc, sur les monts ensoleillés de l'Escandorgues, entre pâturages, châtaigneraies et causses se trouve notre gîte confortable dans le petit hameau de pierre de Briandes près de Lunas (à 1 heure de Montpellier).

4 jours en immersion dans la nature pour goûter au calme, marcher sur la draille des moutons et les monts volcaniques de l'Escandorgues, laisser chaque jour naître nos créations, prendre du recul, embrasser la vue sur le golfe du Lion et la chaîne des Pyrénées, passer un bout de la nuit autour du feu sous les étoiles...

En accord avec le printemps, nos sens tout en éveil, soyons transportés par les couleurs, les odeurs, et les sons. Prêtons-nous au jeu et à la surprise ! Plurôt que de vouloir le changement, accueillons le renouveau en nous pour nous ouvrir au tourbillon de la vie.

Accueil à Briandes

Jeudi 10 mai à 15h - Installation, boissons, présentation du déroulement du stage.
Fin du stage : Dimanche 13 mai à 15h

Hebergement

Nous disposons d'un gîte spacieux très bien équipé avec une salle à manger, des chambres confortables de 1, 2 ou 3 lits, et de plusieurs salle de bain. Vous apporterez votre linge de toilette. Vous pourrez louer des draps 7€ pour la durée du séjour en le notant par avance sur la fiche d'inscription.

Restauration

Les repas, savoureux, sont préparés par notre traiteur Fany à partir de produits frais et bio des producteurs locaux de la région. Nous prendrons en charge nos petits déjeuners. Il y aura sur place une base : thé, café, pain, beurre, confiture, miel, fruits de saison.

Tarifs

380€ honoraires stage et hébergement en pension complète (sauf petits-déjeuners). Prévoir une participation de 8 € pour la cagnotte des petits déjeuners. Arrhes de réservation 95€.

Plan d'accès

près de LUNAS dans l'hérault : De Montpellier, par la ligne de bus routière jusqu'à Lodève ou sur la ligne de train Béziers-Neussargues à la gare la plus proche "Le Bousquet d'Orb" puis transfert en voiture jusqu'au gîte. En voiture, de Lodève ou de Bédarieux prendre la D 35 jusqu'à Lunas puis la D 35E jusqu'à Briandes.



Au gîte du Faragous du 12 au 17 août "Un temps pour recueillir les fruits..."

En pleine nature, au cœur du parc régional des Grands Causses, à proximité d'un patrimoine remarquable : château féodal de Montaigut, abbaye cistercienne de Sylvanes...Le gîte du Faragous se situe dans un paysage où les couleurs de la terre nous enchantent avec leurs nuances rouge, orangé, brique et leurs contrastes avec le monde végétal verdoyant. Le Rougier, sillonné par la rivière à truite Dourdou réunit tous les éléments pour nous inspirer et nous ressourcer.

6 journées pour arpenter ses jolies ravines, et ses chemins de campagne, mélanger terre et eau, apprécier l'espace à perte de vue, se mettre en mouvement sur le parquet en bois et sous les voûtes de la salle de danse. Goûter à cet espace paisible, prendre le temps de recueillir les fruits de ce moment de notre vie, temps de l'abondance et de la fertilité de l'été et de les apprécier pleinement dans l'instant.

Accueil à Faragous

Dimanche 12 août à 15h
Installation, rafraîchissements, présentation du déroulement du stage.
Fin du stage : Vendredi 17 août à 15h

Hebergement

Nous disposons d'un grand gîte de séjour très bien équipé, d'une salle à manger et d'un salon avec cheminées. En extérieur, salons de jardin, parasols, barbecue. Les chambres sont spacieuses de 2, 3, ou 4 lits avec plusieurs salles de bain et un accès indépendant. Couvertures, oreillers et draps sont fournis.

Restauration

Des menus équilibrés et variés seront concoctés par Christelle, notre cuisinière, avec des produits frais de l'Aveyron.

Tarifs

600€ honoraire stage et hébergement en pension complète. Arrhes de réservation 120€

Plan d'accès

Accès au gîte de Faragous à une demi-heure de St Afrique dans le sud de l'Aveyron. Voir le plan d'accès sur le site du gîte : www.faragous.com

Les dessins sont de Sylvaine Jenny

Apporter

Des chaussures de marche, une gourde, une lampe de poche, un tapis de sol et une petite couverture, et... les petites choses particulières qui rendront votre séjour encore plus agréable !