

Stage d'été

➤ HISTOIRE DE VIE

Dates : du dimanche 22 au jeudi 26 juillet 2018

Revisiter son histoire pour éclairer son présent et se libérer des chaînes qui entravent.

Chaque personne est le fruit d'une histoire singulière au croisement d'influences multiples (familiales, sociales, culturelles, historiques) et dont elle cherche à devenir le sujet.

A partir de représentations créatives variées, vous êtes invité à dresser votre arbre familial, explorer les moments fondateurs de votre vie, en dessiner la trajectoire, porter un regard renouvelé sur vos liens familiaux. Pour (re)trouver une liberté dans vos choix de vie...

Ces stages sont animés par Marie Cellot



Marie CELLOT, art-thérapeute et psychopraticienne, anime des ateliers d'art-thérapie depuis 2002 (ateliers collectifs, stages, séances individuelles).

INFOS PRATIQUES

LIEU : 21 chemin le Leuze à Albi

Sur les hauteurs d'Abli, à 5 mn du centre ville, les stages se déroulent dans un espace de calme et de verdure.

COÛT :

- Week-end : 130 €
- Stages de printemps et d'été : 320 €

Le coût comprend le matériel, les collations et l'assurance.
En cas de difficultés financières, n'hésitez pas à en parler.

HORAIRES :

- Week-ends : le samedi de 11 h à 18 h 30
le dimanche de 9 h 30 à 17 h
- Stages de printemps et d'été :
Accueil du 1^{er} jour à 14 h
Clôture du dernier jour à 15 h

PAUSE DEJEUNER : Les repas tirés du sac sont pris sur place. Une kitchenette avec frigo, plaques électriques et micro-ondes, est à la disposition des stagiaires.

HEBERGEMENT : diverses possibilités de logement existent sur Albi (hôtels, camping, locations airbnb...).

INFOS : 06.86.31.46.72

INSCRIPTION : avec le bulletin ci-joint et un chèque d'arrhes : 30 € pour les week-ends / 50 € pour les stages de printemps et d'été.

Les arrhes ne sont pas encaissées avant le stage. En cas de désistement moins de 15 jours avant, elles restent acquises.

STAGES 2017/2018

Art-Thérapie



Animés par Marie CELLOT

à ALBI

L'ART-THÉRAPIE

L'art-thérapie favorise un **mieux-être** (réduction du stress, lâcher-prise, expression des émotions...) et une meilleure **estime de soi**.

A travers la rencontre de la matière, c'est à nous-mêmes que nous sommes confrontés avec nos ressources, nos freins, nos questionnements, nos rêves...

Elle nous offre un nouveau regard sur nous-mêmes et nous invite à devenir de plus en plus **vivants**...

- Les médiateurs proposés sont variés : **collage, peinture, dessin, modelage, assemblage, sculpture, conte, masque, marionnettes, maquillage, impro théâtrale, écriture, jeu, ateliers sensoriels**...

- Chaque atelier se déroule en deux temps :
 - un temps d'expression et de créativité, seul ou en groupe,
 - un temps de parole pour présenter les productions de la séance et partager le vécu de chacun.

- L'art-thérapeute est là pour vous guider et vous accompagner avec bienveillance, selon vos besoins. Par la clarté et la sécurité du cadre posé (confidentialité, non-jugement...), chaque participant chemine à son propre rythme, dans le respect de soi et des autres.

- Les stages sont ouverts à tous, à partir de 18 ans. Aucune pratique artistique préalable n'est nécessaire. Savoir gribouiller est le seul pré-requis !

Stages en week-end

➤ ANIMAL TOTEM ET MASQUE

Dates : 7-9 octobre et 11-12 novembre 2017
ou 10-11 février et 17-18 mars 2018

Les deux week-ends d'un cycle sont indissociables.

A la découverte de votre animal totem pour réveiller toutes vos potentialités.

Par la visualisation (rêve éveillé), la réalisation de votre masque totem, la méditation, les rituels, la musique et la danse, vous êtes invité à un voyage intérieur pour entrer en connexion profonde avec votre animal totem. Celui-ci viendra à votre rencontre pour vous accompagner, vous protéger et vous inspirer. Il vous communiquera son énergie et vous délivrera son message de vie.

➤ TERRE EN VUE !

Dates : 9-10 juin 2018

Invitation à la découverte et à l'exploration d'une nouvelle terre, une « terra incognita », la vôtre.

L'argile est un matériau malléable qui sollicite l'engagement du corps et le toucher. Le travail de la terre se prête à l'expression des émotions.

Il n'y a rien à « faire », juste retrouver le plaisir du jeu dans la spontanéité du geste. Être à l'écoute des résonances qui naissent au contact de cette terre nourricière. S'accueillir avec tous ses élans et ses retenues. Oser explorer nos « espaces vierges » ou encore en friche. Prendre soin de soi...

➤ MAROTTES

Dates : 22-23 septembre et 27-28 octobre 2018
Ces deux week-ends forment un cycle indissociable.

Donner vie à ce qui nous anime en profondeur, souvent à notre insu, pour libérer nos peurs, nos paroles muselées, nos rêves enfouis.

La marotte, grande marionnette manipulée avec une simple tige, ouvre un espace imaginaire et une liberté de parole qui n'appartient qu'à elle.

Après un temps de fabrication de votre marotte (carton, plâtre, polystyrène, grillage, tissu, laine, peinture...), vous ferez entrer en scène votre personnage (tendre, cruel, drôle...) pour venir rire, pleurer, crier ses petits et grands bobos de l'âme mais aussi ses désirs profonds.

Stage de printemps

➤ EN-VIE

Dates : du dimanche 6 au jeudi 10 mai 2018

Donner forme à ses envies pour être plus en-Vie.

Ce stage offre un espace d'expression et de créativité très ouvert. Selon l'inspiration du moment, chaque participant est invité à écouter et à suivre ses en-vies et peut à loisir choisir un seul médiateur, en changer à son gré, en conjuguer plusieurs.

Les multiples matériaux mis à disposition offrent un large éventail pour stimuler la sensibilité et l'imagination. Nul besoin d'être initié pour oser le jeu de l'exploration et se laisser surprendre et se créer.