

Ateliers d'art thérapie et découverte des plus beaux sites naturels d'Ardèche.

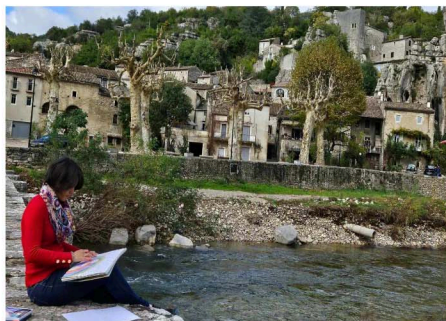
JOUR 1 : Les falaises de Labeaume

9h-12h > Arrivée sur la plage de Labeaume au bord de l'eau, pot d'accueil des participants, atelier d'art thérapie sur le thème du regard sur soi et de l'authenticité : l'autoportrait. Temps de création pour la redécouverte de son corps. Temps de dialogue avec son enfant intérieur. Nouvel exercice pour travailler sur l'estime de soi, la confiance et l'amour de soi.



JOUR 2 : Les trésors cachés de l'Ardèche : Le Pont d'Arc

9h00-12h00 > Arrivée sur la plage du Pont d'Arc, atelier d'art thérapie sur le thème Exprimer ses émotions avec un temps de création et de la technique du dessin dans le sable, puis temps d'écriture spontanée sur ses émotions, ressentis et réflexion. Et enfin, nouvelle création avec la technique de l'ardoise.



JOUR 3: Découverte insolite, le Pont Mégalithique de Lablachère .

9h-12h > Arrivée au magnifique Pont Mégalithique, atelier d'art thérapie sur le thème de l'arbre de vie qui symbolise l'histoire des personnes. Temps de Création autour de cet arbre de grande taille. Temps d'écriture spontanée, puis temps d'échange. Et enfin, nouvelle création avec la technique du collage.



