

# L'ART THERAPIE

*Pour tous  
à Noisy-le-Grand*

Adultes - Ados - Enfants  
individuel - collectif - stages

## QU'EST-CE QUE L'ART THERAPIE ?

C'est une méthode d'expression douce et créative qui permet de (re)prendre contact avec sa personnalité, de l'exprimer, de la transformer.

Aucune compétence artistique n'est nécessaire. Ce qui compte n'est pas le résultat, mais ce qui arrive pendant la création et comment cela est vécu :

## QUELLES INDICATIONS ?

Pour tous les public, de tout age.  
Pour un épanouissement personnel, ou à la recherche de sa personnalité artistique.

En cas de difficultés psychologiques, scolaires, problématiques familiales, douleurs chroniques, troubles liés au vieillissement, les états dépressifs, les addictions, autres maladies.

**Les médiateurs sont variés :  
Peinture, collage, écriture, argile, voix...**

## COMMENT SE PASSE UN ATELIER ?

Les supports artistiques variés (appelés médiateurs) peuvent être les arts plastiques, la musique, la voix, le mouvement corporel, l'écriture, la danse ou encore le théâtre ...

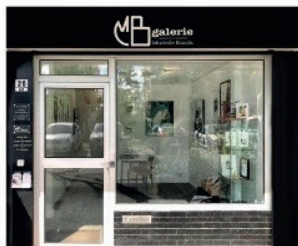
D'abord, un temps d'échauffement, après lequel vient le moment de création.

Enfin, il y a un temps d'échange.

L'accompagnant n'interprète jamais l'oeuvre et, sans jugement, il soutient avec bienveillance la personne dans sa production artistique et dans son évolution.

## ÊTRE CRÉATIF, C'EST QUOI ?

- la capacité à surmonter les obstacles
- la souplesse d'esprit
- la motivation
- la capacité d'associer, de relier des idées
- la capacité à prendre des décisions
- le plaisir d'entrer en jeu. Pour soi.



26 bis  
Rue  
de Verdun  
93160  
Noisy  
Le Grand

06 10 02 51 62

[www.muriellebozzia.com](http://www.muriellebozzia.com)