

Art-thérapeute pour adultes et enfants.

Atelier d'expression, de créativité et d'art-thérapie

Après avoir travaillé pendant une vingtaine d'années dans l'animation 2D et 3D (à la suite d'études supérieures en bande dessinée à l'Institut Saint-Luc et en cinéma d'animation à La Cambre), j'ai ressenti le besoin de revenir aux techniques artistiques que j'avais explorées par le passé et de les partager avec d'autres. C'est ainsi que j'ai suivi une formation certifiante chez Rhapsodie en tant qu'animatrice d'atelier d'expression, de créativité et art-thérapeute.

Au fil du temps, j'ai redécouvert des pratiques comme le fusain, le collage, la peinture, le dessin, la bande dessinée, le monotype ou encore le modelage en terre. Récemment, j'ai plongé dans l'univers de la sculpture et je suis actuellement en deuxième année de cours du soir à l'Académie d'Ixelles.

Mon souhait est de partager avec vous l'expérience unique qu'offre la création. C'est une invitation à explorer les formes et les couleurs, à s'exprimer librement, à son propre rythme, sans aucune pression. Pour

moi, cette approche créative constitue une manière subtile de dialoguer avec soi-même, mais aussi avec les autres, tout en portant un regard neuf sur le monde qui nous entoure.

L'art-thérapie offre une approche différente de la réalité, en encourageant la créativité comme moyen de surmonter les défis de la vie. Elle permet de prendre soin de soi autrement que par les mots, de relâcher les tensions, de se recentrer et de retrouver son équilibre. En se reconnectant à son intuition, on apprivoise ses émotions, et grâce au processus créatif, on prend conscience de son pouvoir de transformation personnelle.

L'atelier est un véritable refuge : un espace qui se façonne et se transforme en fonction de l'univers de chacun. On y explore, on expérimente, on s'inspire et on matérialise ses idées. Je vous invite à partager des voyages créatifs autour de thèmes et de techniques variés. Ces expériences peuvent faire émerger le jeu, la surprise, l'humour et l'émerveillement. C'est un moment privilégié où nous devenons réceptifs à ce qui nous traverse, capturant nos pensées et les mettant en perspective grâce à différents médiums.

La création nous aide à reconnaître ce qui nous habite et ce qui guide nos choix. Elle nous invite à retrouver le plaisir et la liberté d'être soi-même, à cheminer vers un mieux-être, dans un espace sécurisant, bienveillant et sans jugement.

Aucun prérequis n'est nécessaire.

Samedi de 10h00 à 12h00 (sessions adultes) et un groupe enfant prévu les mercredis après-midi.

Inscriptions : par téléphone.



0494/47 78 16

