

**CRÉER** Dans un espace sûr et bienveillant

**RÉALISER** En mettant en mouvement ses mains, son corps et son cœur.

En utilisant ses propres ressources pour trouver des solutions, apporter de la confiance en soi

**EXPRIMER** Verbalement et non verbalement, créer conduit à l'activation des forces d'auto-guérison, renforce l'estime de soi et la confiance en soi

### **Créer par la couleur et l'argile**

Espace de croissance

Dates : Sur demande

Coûts : Individuellement 80.- (prix sans assurance complémentaire)

ou en groupe 40.- (max. 6 personnes)

Direction : Valérie Seignez, DAS en thérapie par la peinture

Tél : +41 (0)78 839 75 89 ou e-mail : [seignezvalerie@gmail.com](mailto:seignezvalerie@gmail.com)

Lieu : Dans l'atelier [daniela.schlecht.ch](http://daniela.schlecht.ch) Vordere Hauptgasse 118 4800 Zofingen

Aucune connaissance préalable n'est nécessaire.