**Site Sujet Singulier**

**ACCUEIL**

**Sujet Singulier, un espace où le processus créateur devient soin**

**Pour vous, un proche ou votre institution : découvrez l'accompagnement qui peut vous aider à cheminer vers l’aller-mieux.**

**QU'EST-CE QUE L'ART-THÉRAPIE ?**

**L'art-thérapie, c'est quoi concrètement ?**

L'art-thérapie utilise les matières plastiques, le bricolage artistique et les mouvements du corps pour exprimer autrement que par les mots ce qui, au fond de vous, fait blocage, résistance ou souffrance.

**Aucune compétence artistique n'est requise.** L'objectif n'est pas de créer de "belles productions" mais de comprendre votre histoire autrement et de cheminer plus paisiblement. **Les productions sont au service du travail sur soi, non l’inverse.**

**TÉMOIGNAGES**

**[Espace pour témoignages anonymisés - privilégier ceux qui évoquent la libération par rapport à la performance artistique et l'importance du processus]**

**DANS QUELLES SITUATIONS ? / POUR QUI ?**

**Le travail que je vous propose**

Le travail que je vous propose part de "ce qui vous pose problème". Ensemble, nous dessinerons les contours de ce qui entrave votre aller-mieux et nous définirons les objectifs de votre accompagnement.

**[Espace à compléter avec 2-3 exemples concrets de situations]**

**Pour qui ?**

* **Enfants** : dès 3 ou 4 ans, dès que le consentement explicit est possible
* **Adolescents et adultes** : à tout âge de la vie
* **Seniors** : même quand la mémoire peut jouer des tours, si la personne trouve du sens et du plaisir

**IMPORTANT :** Si vous avez un suivi psychiatrique ou psychologique, je vous demanderai de confirmer avec votre thérapeute que votre participation aux ateliers est adéquate (certificat médical requis).

**VOS SÉANCES**

**Quelle fréquence ?**

Chaque semaine ou toutes les deux semaines est le rythme idéal. Ce rythme vous donne le temps de digérer et d'intégrer les éléments d'une séance à l'autre. La durée d'un suivi peut aller de quelques semaines (minimum 6 ou 8 séances) à plusieurs mois (soit une vingtaine de séances).

**Les différents formats**

**Séance individuelle**

* Durée : 1h00
* Tarif : CHF 90 (tarif ajusté si plusieurs séances réservées)
* Première séance d'essai : CHF 70
* Lieu : Nyon ou à votre domicile
* Sur demande : coordination avec votre thérapeute

**Séance familiale** (parent/enfant ; fratrie)

* Durée : 1h30
* Tarif : CHF 120 (tarif ajusté si plusieurs séances réservées)
* Première séance d'essai : CHF 100
* Lieu : Nyon ou à votre domicile

**Séance de groupe** (maximum 5 personnes)

* Pour : résidents EMS, associations de patients, proches aidants, etc.
* Durée : 2h00
* Tarif : CHF 175 (tarif ajusté si plusieurs séances réservées)
* Lieu : dans votre institution/association (cantons de Vaud et Genève)

**MON APPROCHE**

**"Il suffit d'un seul geste" *Roustang***

Il suffit d'un premier geste pour créer une autre histoire ou une nouvelle suite à l'histoire qui vous tourmente. Ce premier geste peut marquer l'initiation d'un travail d'exploration pour transformer une souffrance en une cicatrice.

**Une approche personnalisée**

Je ne base pas mon travail autour de diagnostic spécifique. Vous êtes un sujet singulier, nous élaborons ensemble un parcours singulier. J'adapte les matières aux problèmes que vous rencontrez.

**Je vous accueille tel que vous êtes. Je vous ouvre un espace sans jugement. Je vous accompagne grâce à un travail d'écoute et de questionnements.**

**L'aspect éphémère des productions**

Les productions créées pendant les séances sont défaites après chaque rencontre. Ce qui se passe en séance reste en séance - seules les traces mentales se poursuivent en dehors de l'espace et du temps de la séance. Cette dimension éphémère fait partie intégrante du processus thérapeutique.

**Galerie de productions**

*[Espace pour photos de productions (sans personnes) - avec légende : "Ces productions, créées puis défaites, témoignent d'un processus de transformation intérieure. Elles illustrent que l'art-thérapie se vit dans l'instant présent du geste créateur.”]*

**Bricolage**

**Thématique “le rapport aux médicaments” : proposition art-thérapeutique : “construire un château fort”**

**Thématique “parcours thérapeutique” : proposition art-thérapeutique : “représenter votre parcours thérapeutique”**

**Avec le corps**

**Thématique “Mes émotions” : proposition art-thérapeutique : “**

**Thématique “Mémoire et traces” : proposition art-thérapeutique :**

**COLLABORATIONS INSTITUTIONNELLES**

**Mon expérience en institution**

* Ateliers individuels et de groupe : Clinique psychiatrique, France (2022-2023)
* Ateliers individuels et de groupe : Hôpital de jour, France (2022-2023)

**Projets développés**

**Podcast "Journal des héros ordinaires"** Création collaborative avec les patients, valorisant leur parole et leur vécu (disponible sur Spotify)

**Séances en piscine** Adaptation de l'art-thérapie au milieu aquatique pour élargir les possibilités d'expression

**Thérapie canine** Intégration de la médiation animale dans le parcours de soin

**Pour votre établissement**

Ces exemples illustrent ma capacité à adapter l'art-thérapie aux spécificités de chaque institution et à développer des projets innovants avec vos équipes.

**MON PARCOURS**

**De la danse à l’art-thérapie en passant par l’anthropologie de la santé**

L'histoire raconte que j'ai fait mes premiers pas dans une salle de danse. Dès lors, ce lieu est devenu mon lieu d'expression, la danse, ma manière de communiquer, de ressentir et de partager.

**Formation et expériences**

* **Formation académique :** MBA Business Administration (France), MCI Coopération internationale (Suisse), PhD Anthropologie de la santé (Suisse), Art-thérapie RNCP (France)
* **Recherche actuelle :** Chercheuse en sciences sociales, domaine de la santé mentale (CHUV et HES-SO)
* **Voyages formateurs :** Europe de l'Est, Asie, Amérique du Nord et du Sud

**Expériences en art-thérapie**

* Atelier de médiation artistique : FIGHT Philadelphia, USA (2018-2019)
* Atelier de groupe, violences subies par les femmes, Paris (2020)
* Ateliers individuels et de groupe : Clinique psychiatrique, France (2022-2023)
* Ateliers individuels et de groupe : Hôpital de jour, France (2022-2023)

**CONTACT ET RÉSERVATION**

**Réservez une première séance d'essai**

**Premier contact par téléphone** Cliquez sur "je souhaite être appelé" *Un premier contact de 15 minutes pour évaluer vos besoins et savoir si l'art-thérapie peut vous convenir.*

**Premier contact par email** Je remplis le questionnaire *Cela me permet de prendre connaissance de vos besoins avant de vous contacter.*

**078 307 87 35**

**[julie.pluies@ik.me](mailto:julie.pluies@ik.me)**

**Site Subject Singular**

**HOME**

**Singular Subject, a space where the creative process becomes care**

**For you, a loved one, or your institution: discover the support that can help you on your path to recovery.**

**WHAT IS ART THERAPY?**

**What exactly is art therapy?**

Art therapy uses plastic materials, artistic crafts, and body movements to express, in ways other than words, what is blocking, resisting, or causing you pain deep inside.

**No artistic skills are required.** The goal is not to create “beautiful works of art” but to understand your story in a different way and move forward more peacefully. **The creations are a means to work on yourself, not the other way around.**

**TESTIMONIALS**

**[Space for anonymous testimonials - focus on those that mention liberation rather than artistic performance and the importance of the process]**

**IN WHAT SITUATIONS? / FOR WHOM?**

**The work I offer**

The work I offer starts with “what is troubling you.” Together, we will outline what is preventing you from getting better and define the objectives of your support.

**[Space to be filled in with 2-3 concrete examples of situations]**

**For whom?**

* **Children**: from 3 or 4 years old, as soon as explicit consent is possible
* **Teenagers and adults**: at any age
* **Seniors**: even when memory may be failing, if the person finds meaning and pleasure in it

**IMPORTANT:** If you are receiving psychiatric or psychological treatment, I will ask you to confirm with your therapist that your participation in the workshops is appropriate (medical certificate required).

**YOUR SESSIONS**

**How often?**

Every week or every two weeks is the ideal frequency. This rhythm gives you time to digest and integrate the elements from one session to the next. The duration of a course of sessions can range from a few weeks (minimum 6 or 8 sessions) to several months (around 20 sessions).

**The different formats**

**Individual session**

* Duration: 1 hour
* Price: CHF 90 (price adjusted if several sessions are booked)
* First trial session: CHF 70
* Location: Nyon or at your home
* On request: coordination with your therapist

**Family session** (parent/child; siblings)

* Duration: 1.5 hours
* Price: CHF 120 (price adjusted if several sessions are booked)
* First trial session: CHF 100
* Location: Nyon or at your home

**Group session** (maximum 5 people)

* For: nursing home residents, patient associations, caregivers, etc.
* Duration: 2 hours
* Price: CHF 175 (price adjusted if several sessions are booked)
* Location: at your institution/association (cantons of Vaud and Geneva)

**MY APPROACH**

**“All it takes is a single gesture” *Roustang***

All it takes is a first gesture to create a different story or a new sequel to the story that torments you. This first gesture can mark the beginning of a process of exploration to transform suffering into a scar.

**A personalized approach**

I do not base my work on specific diagnoses. You are a unique individual, and together we will develop a unique path. I adapt the materials to the problems you encounter.

**I welcome you as you are. I offer you a space free of judgment. I accompany you through listening and questioning.**

**The ephemeral nature of the creations**

The creations made during the sessions are undone after each meeting. What happens in the session stays in the session—only the mental traces continue outside the space and time of the session. This ephemeral dimension is an integral part of the therapeutic process.

**Gallery of creations**

*[Space for photos of productions (without people) - with caption: “These productions, created and then dismantled, bear witness to a process of inner transformation. They illustrate that art therapy is experienced in the present moment of the creative act.”]*

**Craft**

**Theme: “The relationship with medication”: art therapy proposal: “Build a castle”**

**Theme: “Therapeutic journey”: art therapy proposal: “represent your therapeutic journey”**

**With the body**

**Theme: “My emotions”: art therapy proposal: “**

**Theme: ”Memory and traces": art therapy proposal:**

**INSTITUTIONAL COLLABORATIONS**

**My experience in institutions**

* Individual and group workshops: Psychiatric clinic, France (2022-2023)
* Individual and group workshops: Day hospital, France (2022-2023)

**Projects developed**

**Podcast “Journal des héros ordinaires” (Journal of Ordinary Heroes)** Collaborative creation with patients, valuing their words and experiences (available on Spotify)

**Pool sessions** Adaptation of art therapy to the aquatic environment to broaden the possibilities for expression

**Canine therapy** Integration of animal-assisted therapy into the care pathway

**For your institution**

These examples illustrate my ability to adapt art therapy to the specificities of each institution and to develop innovative projects with your teams.

**MY BACKGROUND**

**From dance to art therapy via health anthropology**

The story goes that I took my first steps in a dance studio. From then on, this place became my place of expression, and dance became my way of communicating, feeling, and sharing.

**Training and experience**

* **Academic training:** MBA in Business Administration (France), MCI in International Cooperation (Switzerland), PhD in Health Anthropology (Switzerland), Art Therapy RNCP (France)
* **Current research:** Social sciences researcher in the field of mental health (CHUV and HES-SO)
* **Educational travel:** Eastern Europe, Asia, North and South America

**Art therapy experience**

* Art therapy workshop: FIGHT Philadelphia, USA (2018-2019)
* Group workshop, violence against women, Paris (2020)
* Individual and group workshops: Psychiatric clinic, France (2022-2023)
* Individual and group workshops: Day hospital, France (2022-2023)

**CONTACT AND BOOKING**

**Book a first trial session**

**Initial contact by phone** Click on “I would like to be called” *An initial 15-minute conversation to assess your needs and find out if art therapy is right for you.*

**Initial contact by email** I fill out the questionnaire *This allows me to understand your needs before contacting you.*

**Julie Pluies**