

## **ATELIER D'ART THÉRAPIE EVEIL AU SONS**

L'art-thérapie offre un espace de liberté créatrice favorisant une expression de soi non-verbale à travers différentes techniques créatives. Bérangère Nemoz, Art-Thérapeute a choisi la créativité et le partage avec les sons et leurs résonances sur le corps et l'esprit pour un Bien-être.

Que la musique soit jouée ou écoutée, nous la ressentons tous de différentes manières. Nous devenons à un certain moment sujets et acteurs en évoluant dans différents univers. Elle nous aide à lâcher-prise.

Découvrez, en binôme (parent/enfant), les bienfaits des sons sur le corps et l'esprit à travers ces séances de relaxation sonore, d'éveil aux sons et instruments.

Écoutez, voyez, jouez, ré-écoutez... Les instruments attendent leurs moments d'amusement avec le joueur.

*Il est conseillé de participer aux 3 séances pour profiter des bienfaits.*

**Dates :** 14 mars, 11 avril, 13 juin 2020

**Horaire :** de 11h00 à 12h00 (arriver 5 à 10 minutes avant la séance)

**Lieu :** 4 impasse de Gargues 38070 SAINT QUENTIN FALLAVIER

**Participation aux frais :** Adhérent : 75 €/binôme pour 3 séances ou 25 €/ binôme/séance

Non adhérent : 100 €/binôme pour 3 séances ou 35 €/par binôme/séance

**Renseignement :** [afep38.sarah@afep.asso.fr](mailto:afep38.sarah@afep.asso.fr)

**Inscription avant le 8 mars 2020 : <https://www.billetweb.fr/x20-399-ace>**