

ATELIERS CREATIFS

Broderie - Peinture - Collage



Des ateliers qui font du bien
au corps et à l'esprit.

Découvrez des **ateliers créatifs**
uniques, alliant **détente, créativité et**
exploration de soi

Un vrai cocktail d'énergie positive !



Un accompagnement **bienveillant**



Un moyen apaisant pour **réduire le stress et l'anxiété.**



Amélioration de la motricité et des
capacités cognitives



Soutien psychologique et **émotionnel**



Renforcement du **lien social** et de la
cohésion



Location:
Rhône-Alpes

Contact:

Melissa Dezouche
✉ brodernart.art@gmail.com
☎ +33 7 49 09 03 48

De quoi s'agit il ?

J'anime des **ateliers créatifs** de 2h, matériel inclus, autour de la **peinture, du collage et de la broderie**. Les participants peuvent ainsi créer leurs propres réalisations, dans une activité accessible à tous, favorisant la gestion des émotions, la réduction du stress et l'apaisement des tensions physiques et émotionnelles.

RELAXATION ET BIEN-ÊTRE

- **Peinture, collage et broderie** favorisent la **détente, réduisent le stress** et recentrent sur le **moment présent**.

MOTRICITÉ

- Ces activités **stimulent la motricité** fine grâce à des gestes précis et variés, utiles aussi dans les parcours de rééducation.

MÉMOIRE ET CRÉATIVITÉ

- Choisir des couleurs, suivre un motif ou improviser **sollicite la mémoire, l'organisation et la prise de décision**.

CONFIANCE ET EXPRESSION DE SOI

- Ces ateliers **renforcent l'estime de soi** en offrant un sentiment d'**accomplissement** et une manière d'**exprimer ses émotions**.

ÉCHANGES ET CONVIVIALITÉ

- Ils encouragent **l'échange** et le **partage, renforçant les liens sociaux** et le **sentiment d'appartenance**.



Comment ça se déroule?

L'atelier est pensé pour être **flexible et adaptable** aux besoins de chaque participant. Planifions une rencontre pour affiner les détails, et je vous fournirai un devis sur mesure.

Format et organisation des ateliers

- **Nombre de séances** : 1 à 12 séances, selon vos objectifs.
- **Taille des groupes** : 6 à 12 participants par atelier.
- **Durée** : De 1h30 à 3h par session.
- **Matériel** : Tout le matériel est inclus

Tarifs et devis

Les tarifs sont ajustés en fonction de la structure et des besoins spécifiques.

✉ Devis gratuit et sans engagement : Contactez-moi par email/téléphone pour une proposition personnalisée.

Pour établir un devis, merci d'indiquer :

- **Le nombre de participants**
- **La durée souhaitée par séance**
- **Le nombre de jours**
- **Le lieu de l'atelier**

Demandez un devis

+33 7 49 09 03 48

brodernart.art@gmail.com

Melissa Dezouche

www.broder-art.com



LA MÉDIATION CRÉATIVE AU SERVICE DE VOTRE BIEN-ÊTRE

BRODERN.ART

