

De l'art-thérapie pour nos patients

➔ L'art-thérapie à l'ICM

Des séances d'art-thérapie individuelles ou de groupe peuvent être proposées au sein de l'ICM.

Elles sont animées par Françoise Charbonnier, art-thérapeute et accompagnatrice en santé chaque **vendredi** de 9h00 à 17h00.

➔ L'art-thérapie en quelques mots

L'art-thérapie utilise la créativité comme moyen d'expression et de mieux-être.

Il ne s'agit pas de « savoir-faire », mais de se **laisser guider par sa créativité au travers de diverses méthodes** (argile, peinture, bricolages éphémères...). Elle s'adresse à toute personne, sans aucun prérequis artistique.



L'art-thérapie peut aider à :

- ▶ exprimer ses émotions autrement que par les mots,
- ▶ apaiser le stress et l'anxiété,
- ▶ retrouver confiance en soi,
- ▶ explorer et mobiliser ses ressources personnelles,
- ▶ vivre un moment de détente et d'apaisement.

➔ Pour qui ?

Pour chaque patient et proche qui souhaite vivre une expérience singulière, dans un espace d'expression libre, d'écoute et de créativité.

i Contact

Si vous êtes intéressé(e), vous pouvez prendre contact avec **Françoise Charbonnier**.

 04 67 61 23 16

