

CARNET DE DEUIL

Mettre en mots, en images, en formes, le vécu de la perte et installer page après page de la sérénité et de la paix en soi...

Après la perte d'un être cher ou un grand chamboulement dans notre vie, on se sent souvent démuné. La créativité est un moyen d'expression quand les émotions ne peuvent pas sortir ou ne trouvent pas leur place. Alliant la méthode du Journal créatif® et le carnet d'artiste, cet atelier invite à s'exprimer à travers la création d'un carnet avec ses écrits et ses variations artistiques et ainsi accomplir une part du chemin. Il favorise l'expression intuitive et l'accès à nos ressources personnelles dans un processus accompagné de 2 jours, afin de apaiser la douleur, aider à la transformation des émotions difficiles et ouvrir des nouvelles perspectives.

Cet outil puissant s'adresse à toute personne souhaitant explorer le deuil et lui faire de la place. Aucune connaissance artistique préalable n'est requise.

*crea*expression
www.creaexpression.com

en collaboration avec

FONDATION EVE LA VIE

Sina vous propose son atelier créatif pour mettre en mots, en images, en formes, votre vécu et installer page après page de la sérénité et de la paix en vous.

Dates : samedi 1^{er} et dimanche 2 décembre 2018

Horaires : de 09:30 à 17:00

Prix : CHF 340.- par personne

Nombre de participants : 6 à 8 personnes maximum

Repas : prendre un pique-nique

Lieu : bureau de la Fondation situé au 150 route de Ferney, 1218 Le Grand Saconnex – Genève.

Parking gratuit à disposition et Bus : 5, 28, F (Crêts-de-Morillon)

Besoin d'infos : +41 79 108 57 78

Confirmation : par E-mail à contact@evelavie.ch

Site web de Sina : www.creaexpression.com