



Atelier Créatif

Libérer votre artiste intérieur

Samedi 28 mars de 14h à 18h30

Une expérience humaine et artistique bienveillante et accessible à tous, (sans prérequis de compétences artistiques) pour :

Se reconnecter à soi

Explorer librement sa créativité

Cultiver sa confiance, son intuition et son lâcher-prise

Révéler ses talents et sa sensibilité propre

A l'occasion du vernissage de leurs œuvres, deux amies et professionnelles unissent leurs compétences et vous accompagnent le temps d'une après-midi

Au programme:

- Vernissage
- Relaxation guidée pour libérer sa créativité
- Réalisation de deux créations artistiques
- Expression corporelle
- Temps de partage (Collation offerte)

Vous aurez l'occasion d'expérimenter des techniques de développement personnel issues de différentes pratiques telles que la méditation, l'art thérapie, la PNL (programmation Neuro-Linguistique), l'expression corporelle, et bien d'autres ...

**RDV le Samedi
28 mars de
14h à
18h30**

85€ /pers
(tout compris)

**Lieu : Maison bien-être Detoiamoi,
43 rue de la Ferme, 91270 Vigneux sur Seine**
Sur inscription... places limitées



Yasmine Benhana

Médiatrice artistique et Art-thérapeute

06.16.85.70.39

yasminebenhana@gmail.com



Sepenya Rousselot

Psychopraticienne et coach de vie

06.15.45.67.25

Vivreotrelement.91@gmail.com