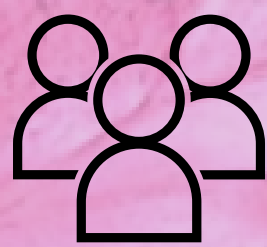


AVITAM

Agir, vitalité, maturité

EXPRESSION CREATIVES PAR L'ARTS VISUELS



10 personnes
maximum



1h30

**MODULE
8 SÉANCES**

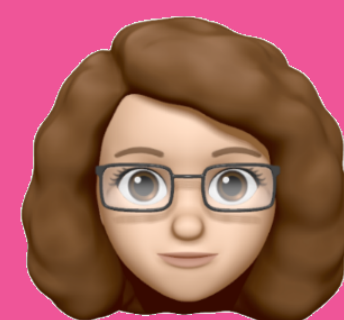
Cet atelier consiste à une expression de soi par les arts visuels comme la peinture, le pastel, le collage, le modelage, ... Il est mis en œuvre par des arts-thérapeutes afin d'en garantir le cadre qui se veut chaleureux et intime. Il favorise la sécurité, la confiance et la liberté d'expression en mettant de côté tout jugement, toute évaluation et toute attente. Au cours de la séance, un espace de parole est ouvert, à saisir ou non, pour mettre en mots l'expérience vécue afin de lui donner du sens lorsque cela est possible.

Les activités proposées permettent de stimuler les facultés de concentration des séniors, tout en permettant de restructurer leur pensée. Chaque séance est un moment de liberté où la personne peut laisser libre cours à sa créativité et chercher l'inspiration au fond d'elle-même. "Se dire" à travers l'art, c'est exprimer des ressentis qui ne sont pas extériorisés ou exprimés avec des mots.

Maintien et développement des capacités, stimulations cognitives, sensorielles et motrices, renforcement du sentiment d'utilité, de confiance en soi et d'estime de soi, sollicitation des capacités relationnelles en reconnectant au plaisir de faire ensemble et d'être ensemble, expression des émotions permettant de soulager l'anxiété et l'anxiété sont autant de bénéfices que les participants pourront retirer.

Un livret reprenant les temps forts de l'atelier sera remis à chaque participant quelques temps après la fin du module

PROGRAMME DU MODULE :
Tournez la page



Animé par

Sarah Rocchia, Virginie Giraud et Muriel Blachère

Arts-thérapeutes

DANS LE CADRE DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS DE LA PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES. AVEC LE SOUTIEN OPÉRATIONNEL DU DÉPARTEMENT DU VAR ET DE L'AGENCE RÉGIONALE DE SANTÉ PACA.



Ce dernier est donné à titre indicatif et peut être susceptible d'être modifié/adapté selon l'intervenante et le groupe.

SEANCE 1 : FAIRE CONNAISSANCE

Découverte de l'art thérapie, présentation de chacun et connaissance avec le groupe. Mise en place d'un cadre positif. Réalisation d'un travail à l'aide de pastel gras ou sec sur papier. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 2 : LACHER PRISE

Prendre le temps de se poser dans son corps et de se relier à soi. S'ouvrir à sa créativité en s'appuyant sur ses sensations corporelles à travers des exercices de respiration, des mises en mouvement et l'écoute de musique. Identifier son espace de tranquillité. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 3 : AUTOUR DES EMOTIONS

Identification et expression autour des émotions. Différents médiums pourront être utilisés aux choix sur papier comme les crayons de couleurs, la peinture ou encore le collage. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 4 : SE SOUVENIRS

Séance dédiée à l'expression des souvenirs aimés présents ou passés. Les évoquer, les décrire et développer sa pensée associative. Ici, la terre sera utilisée comme médium. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 5 : ESTIME DE SOI

Reconnaitre ses compétences et ses qualités, être soi-même et donner de l'importance à ses réussites. La peinture sur papier est ici utilisée. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 6 : COMPOSITION COMMUNE 1/3

Travailler ensemble, partager son expérience, travailler l'entente et la cohésion de groupe à travers la réalisation d'une composition commune. Utilisation de divers matériaux de récupération. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 7 : COMPOSITION COMMUNE 2/3

Travailler ensemble, partager son expérience, travailler l'entente et la cohésion de groupe à travers la réalisation d'une composition commune. Utilisation de la terre. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

SEANCE 8 : COMPOSITION COMMUNE 3/3

Travailler ensemble, partager son expérience, travailler l'entente et la cohésion de groupe. Utilisation de la peinture. Temps de parole pour celles et ceux qui désirent s'exprimer.

DANS LE CADRE DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS DE LA PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES. AVEC LE SOUTIEN OPÉRATIONNEL DU DÉPARTEMENT DU VAR ET DE L'AGENCE RÉGIONALE DE SANTÉ PACA.