



Je vous propose de travailler avec l'imaginaire, l'intuition, la créativité:

Peinture créative

A partir d'un sujet ou thème que vous souhaitez travailler, je vous inviterai à trouver en vous même la signification que vous donnez à ce travail et à laisser émerger la créativité .
Il n'est pas nécessaire d'avoir eu une pratique préalable pour venir.

Relaxation : Peinture intuitive

Je vous propose des exercices de peinture inspirés de la méthode de relaxation Vittoz. Cette méthode basée sur la prise de conscience de nos perceptions sensorielles nous permet de contacter la présence, le silence. C'est l'occasion de mettre en pratique le pouvoir du moment présent « ...afin de calmer notre esprit et d'habiter le corps..., sortir de la prison des pensées négatives et vivre plus sereinement. » (Eckhart Tolle).

Ces exercices apportent un support à l'expression et permettent un ancrage. Ils amènent à peindre de façon naturellement libre et intuitive, à expérimenter le pur plaisir de la peinture et de la couleur. Recommandé aux personnes stressées ces exercices apportent souvent un lâcher prise immédiat.

Créativité : Peinture magique

Vous serez invités à expérimenter certains exercices et procédés techniques proches des fonctionnements du rêve, de la créativité et qui favorisent l'émergence de l'imaginaire. Cet atelier peut être suivi par les débutants comme par ceux qui ont déjà une pratique. Il est très valorisant grâce à la créativité qui peut émerger chez chacun.

Pour les dates de ces 3 ateliers, voir la rubrique calendrier.
Vous pouvez aussi, sur demande, y avoir accès en séance individuelle

Cours d'initiation au dessin Cours d'initiation à la couleur et aux techniques Cours de perfectionnement à la peinture.

En séances individuelles ou en petit groupe: 75013. Métro Bibliothèque .
Cours particulier : 35E/H00. Petits groupes: Tarif dégressif . Le matériel est compris.

Forfaits 5 cours:

Initiation au dessin ou aux techniques ou à la couleur.

Ces cours vous permettent d'acquérir des bases solides en dessin, en couleur ou en techniques et peuvent vous permettre de continuer un travail de façon autonome.
Participation: Forfait de 200E pour 5 Cours de 1H30 de votre choix, réglables à l'avance.
Le Matériel est compris. Me contacter pour les horaires, nombreuses possibilités.

