

Aborder les difficultés rencontrées sur son chemin (anxiété, maladie, deuil, etc.)
S'approprier des outils concrets pour libérer ses émotions et s'apaiser.

Exploration de pratiques thérapeutiques :
~Thérapie par l'Art (peinture, écriture, collages)
~Cercle de parole
~Expression corporelle
~Pratiques méditatives & Relaxation



anima'teliers

6 ~ 11 ans

1ers Ateliers
les

- mercredi 05.11.2025
- samedi 08.11.2025

Mercredis &
Samedis
10h ~12h,
Baudemont

Tarifs :

- 30€/atelier
- 150€ les 6 ateliers



anima
soin de l'être

Infos & Inscriptions
Charlotte • thérapeute
Espace anima • Soin de l'Être
La Boudure, Baudemont
06 61 50 47 91
anima.soindeletre@gmail.com