

ATELIERS D'

ART THERAPY

Valérie Beaufort

Psychothérapie - sophrologie - formation

<http://valeriebeaufort.com>

06 79 66 16 53

Sophie Chantrenne

PNL - architecture d'intérieur - art plastique

06 80 82 36 42

EXPLORATION DE SOI

*Ressources, blocages
& potentialités.*

10

Janvier

EQUILIBRE INTERIEUR

Harmonie des polarités.

7

février

7

Mars

LES ETAPES DU DEUIL

*Cycles de vie
& métamorphose.*

4

Avril

PAYSAGE INTERIEUR

*Création d'un espace
de sécurité.*

LIBERATION DES EMPREINTES ÉMOTIONNELLES.

2

Mai

ESTIME DE SOI

*Honorer son histoire
de vie.*

6

Juin

5

Septembre

CONFIANCE EN SOI

*Célébration des victoires
personnelles.*

3

Octobre

HOMMAGE A CE QUI N'EST PLUS

Offrande et mémoire.

GESTION DU STRESS

Respiration & mandala

7

Novembre

CONSCIENCE DE SOI

Mes multiples facettes.

7

Décembre

Tarifs: 80€/1 atelier
360€/5 ateliers

8 personnes/atelier

Horaires: samedis de 10h à 13h

Adresse: 2440, chemin des Lauves
13 100 Aix-en-Provence

