

Ateliers Cristal Ô couleurs



C'est quoi ?

Atelier "clé en main" de création intuitive encres de couleurs ("suminagashi" ou encres flottantes et/ou expression spontanée sur papier) pour les personnes vulnérables. Animé par Sophie Quérin - Accompagnante sociale et artiste exploratrice auprès des publics vulnérables. Approche holistique.



Pour qui ?

Personnes âgées et plus particulièrement les personnes âgées désorientées (troubles cognitifs type démence, Alzheimer, Parkinson) – max 8 pers. en fonction du degré d'autonomie - Ouvert aux personnels soignants.

Pour quoi ?

Réenchanter le monde par l'art et la création intuitive

- > Mettre en pratique la vision et la démarche de « l'art pour l'art » et l'art fait du bien à tous.
- > Contribuer au bien-être et à l'épanouissement de la personne
- > Valoriser la personne en lui proposant une parenthèse joyeuse de création intuitive et artistique et un temps de partage de qualité

- > Réduire le stress et l'anxiété
- > Exprimer les émotions présentes
- > Contribuer à développer la motricité (et motricité fine) et le mouvement
- > Permettre des temps de répit pour les familles, l'équipe des soignants

Comment ?

L'approche est holistique et la démarche centrée sur la personne.

L'atelier est rythmé en 4 temps. Il est ajusté de manière créative à ce qui émerge dans le moment présent; dans une écoute attentive et bienveillante.

1- Temps d'accueil des personnes : échange des prénoms et présentation du matériel.

2- Temps de préparation à la création des œuvres

Relaxation, respiration, micro-mouvements corps et/ou visage, auto-massage, expression de sons "a, e, o, i, u". Choix en fonction du profil et de l'autonomie des participants.

3- Temps de création : se saisir des encres de couleurs pour s'exprimer librement avec le souffle, le geste, à la surface de l'eau (suminagashi ou encres flottantes) ou directement sur le papier. L'animatrice est là en soutien.

4. Temps de célébration : pour regarder et se féliciter de ce qui a été réalisé, suivi d'un temps convivial de partage

Durée : 45 minutes max, adapté en fonction du degré d'autonomie des personnes.

Avec quoi ?

Médium(s) utilisé(s) : peinture à effet marbré pour initiation marbrure, encres de couleurs, gomme de Guar. Ces médiums sont adaptés aux personnes n'ayant plus de motricité fine.

Combien ?

> 15 € - marbling marbrure (vert, bleu, jaune, rouge, noir)

> 4 € Gomme de guar, 60 g

> Bâche protection meuble : 2 €

Total de 21 €, matériel exclusivement/ hors coût animation

Les +++

Les créations réalisées pourront être valorisées par un support type livre ou diaporama, une exposition. Elles pourront également être sublimes en créations multidimensionnelles par l'artiste-exploratrice Sophie Quérin. Co-construction du projet avec les coordinateurs des structures - En cohérence avec le projet d'animation de la structure et adapté au projet personnalisé des personnes.

Sophie Quérin est accompagnante sociale auprès des personnes fragilisées par le vieillissement, le handicap, l'exil et la précarité. Elle est également artiste-exploratrice. Sa démarche d'accompagnement est centrée sur la personne et son approche holistique. Elle aime proposer des activités sur-mesure adaptées et des projets originaux sur-mesure visant à stimuler la joie dans les coeurs.



Traces en vie