

Participation possible à la journée

# Séjour bien-être et expression artistique

dimanche 23 au vendredi 28 juillet 2023  
Saint-Cyr sur Mer (Var)

## CHEMINS DE RÊVES

Baigné par le soleil et la mer, les pieds joyeusement ancrés sur la terre, nous irons à la source de nos rêves à travers le mouvement, la couleur et la création. Nous savourerons le silence, les sons, le mouvement et donnerons forme à nos rêves à travers la peinture, l'écriture et la création.

Dans une nature magnifique, affinez vos perceptions, renouez avec votre énergie créatrice.



Redonnez au corps sa liberté et son tonus juste pour accéder à une création authentique et profonde.

**Faites surgir vos rêves pour qu'ils se réalisent !**

*Déroulement du stage*

**Les matins :** la détente du corps par un mouvement doux et par la musique, la peinture sur de grands espaces libèrent le geste et favorisent l'accès à nos rêves.

**Les après-midis :** réalisation d'un Journal de nos Chemins de rêves à partir de la tradition aborigène : peintures végétales ou à base de terres de couleur, écriture, collage. D'autres créations seront proposées au gré des rêves.

Nous fabriquerons, assemblerons, collerons, peindrons, sculpterons aussi entre détente corporelle et immersion dans la nature. Les techniques proposées sont des leviers d'inspirations. En nous reliant à notre inspiration, nous élargissons notre réalité.

Stage proposé par *Marianne Grand*

Artiste pluridisciplinaire, j'accompagne en mettant à disposition mes pratiques corporelles et artistiques, des techniques, du matériel, un fil rouge et une écoute.



*Le lieu*

Dans un très beau cadre **entre mer et nature**, l'**Atelier Bien-être & Santé** se situe sur une petite place piétonne arborée à **3mn à pied des plages, du port de la Madrague et à proximité des collines alentour riches en promenades.**

*Tarifs*

**Stage : 320€ jusqu'au 22 mai, 380€ après cette date - Prix à la journée : 70€** (matériel compris : peintures végétales ou minérales, gouaches, cartons, papiers, pinceaux, brosses, colle, etc.)

Horaires : 10h-18h (pause déjeuner : repas à prévoir)

**Hébergements :**

Vous trouverez des solutions variées selon vos envies et ressources financières à deux pas de l'Atelier.

Liste jointe à consulter sur : <https://mariannegrand.fr/sejours/>  
Restaurants sur le port et supérette à proximité.

*Infos et réservations:*

Plus d'informations : <https://mariannegrand.fr/sejours/>

**Pour réserver :** envoyer votre règlement à Marianne Grand, place du Hameau de la Madrague, 83260 St Cyr sur mer (paiement en 3 chèques possible).

**Marianne Grand :** Tél. 06.66.95.67.75  Transversales Creations