

Participation possible à la journée



Séjour Bien-être et Création artistique

Jeudi 18 au samedi 20 mai
à Saint-Cyr sur Mer -Var
proposé par Marianne Grand



Au bord de la mer, venez **vous ressourcer** et **donner libre cours à votre créativité** dans une démarche de bien-être

Reprenez contact en douceur avec votre corps, laissez-le s'exprimer librement. Avec la joie de l'enfant qui s'émerveille, jouez avec les formes, les couleurs, les textures, les mots sans jugement. Créez avec jubilation porté par la musique. Osez. Donnez forme à vos rêves. Et laissez-vous inspirer par la beauté de la mer, du ciel et des paysages.



Le séjour s'adresse à tous et ne nécessite que l'envie de créer.

Déroulement du stage

Les matins : détente du corps par le mouvement et la peinture sur de grands formats.



Les après-midis : réalisation d'un livre d'artiste « Métamorphoses » à partir de 3 techniques : collage, pastel et aquarelle. Nous fabriquerons, assemblerons, collerons, peindrons entre détente corporelle et immersion dans la nature.



L'expression de notre créativité est un moyen d'**aller à l'essentiel**, d'être davantage **présent à soi**, de nous enrichir de **visions nouvelles** et partager la vie comme une **opportunité de joie et de créations**.

Témoignage d'un séjour précédent
« **Jubilation - Souveraineté - Plénitude** » Carmita

Qui suis-je ?

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. Restaurants sur le port et supérette sur la place.

Tarifs

Animation du stage : 180€ jusqu'au 3 avril , 220€ après cette date (matériel compris : aquarelles, pastels, gouaches, supports papier, carton, papiers, pinceaux, brosses, colle, ciseaux, etc.)

Groupe : jusqu'à 8 personnes

Hébergements :

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

Liste à consulter : <https://mariannegrand.fr/sejours/>

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 2 chèques possible).

Marianne Grand : Tél. 06 66 95 67 75

Youtube : Transversales Creations