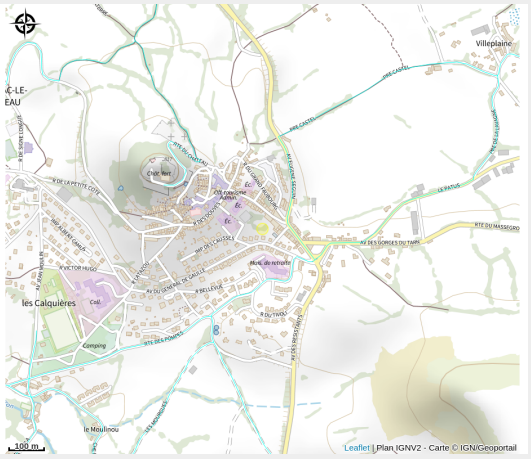
Solène Junique - Art-thérapeute, médiatrice artistique et artiste

Des causses à l'Aubrac





Attribution : Solène Junique - Accompagnatrice d'expériences vivantes (Office de Tourisme des Causses à l'Aubrac)

L'art-thérapie et la médiation artistique : des chemins créatifs pour s'exprimer, se ressourcer et retrouver l'équilibre. Pour tous âges et sans expérience requise.

Infos pratiques

Catégorie : À faire

Description

La **médiation artistique** permet de s’ouvrir à sa créativité de manière ludique. Que ce soit pour un atelier de passage ou plusieurs séances, une aventure créative est toujours en route. Je propose des séances spécifiques pour les gens de passage, pour les seniors, pour les familles et pour les structures.

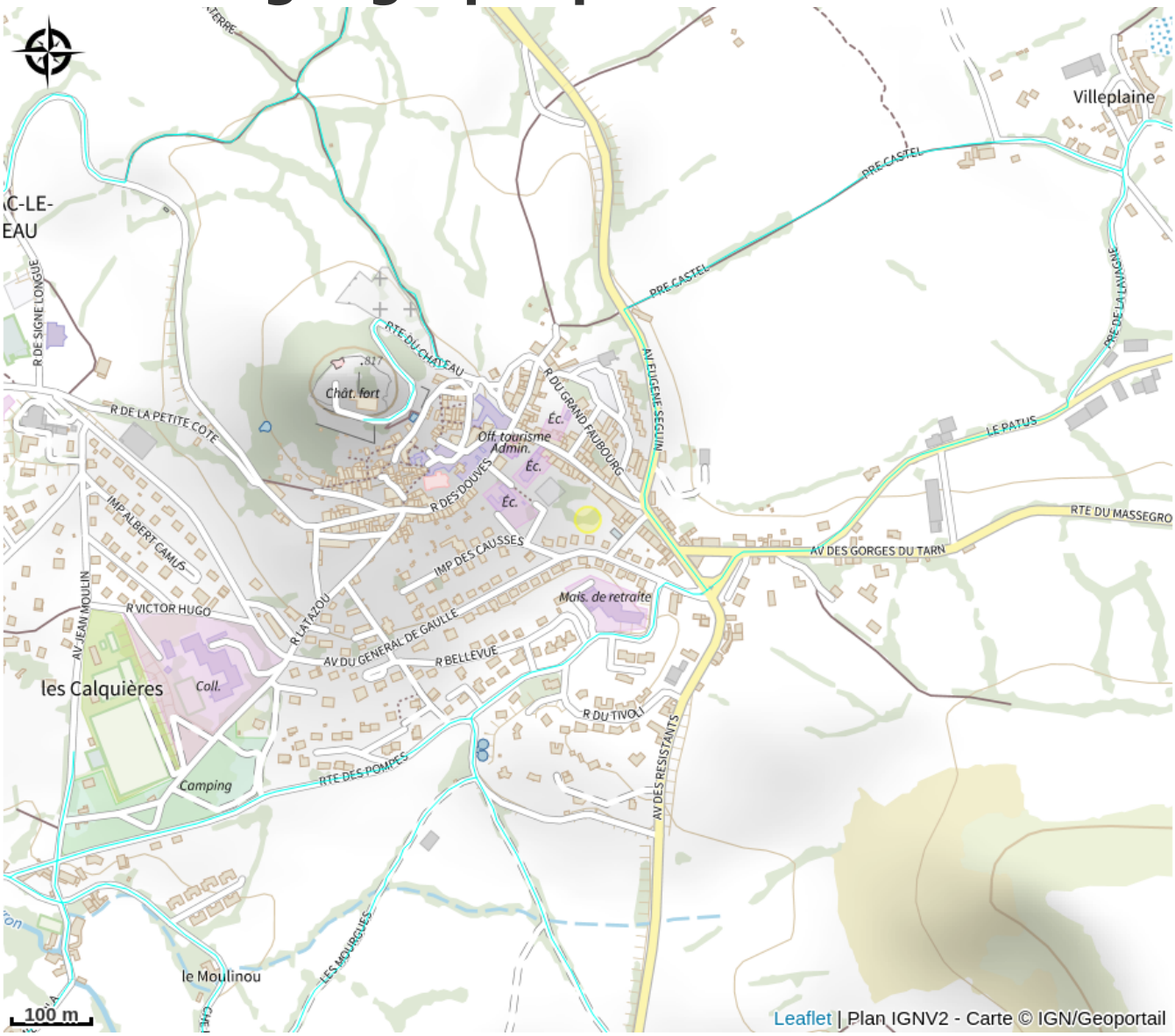
L'**art-thérapie** utilise la créativité pour favoriser l'expression de soi, réduire les tensions, maintenir le cap en cas de difficultés, restaurer l'équilibre, surmonter les problèmes de la vie. Liste non exhaustive, des possibilités d’accompagnements : stress, burn-out, angoisse, maladie, deuil, changement de vie, addiction, troubles de la mémoire…

Adaptée à tous les âges, enfants, adolescents, adultes et séniors.

Aucune connaissance en art, pratique ou théorique, n’est utile pour participer aux séances.

Accompagnement spécifique en présentiel et en distanciel. En individuel ou en collectif.

Situation géographique



Toutes les informations pratiques

Informations pratiques

Fiche mise à jour par OFFICE DE TOURISME DE SEVERAC LE CHATEAU le 14/02/2026

Contact

12150 SEVERAC-LE-CHATEAU
solenejunique@gmail.com
http://solenejunique.com/