



ART THÉRAPIE ANALYTIQUE  
THÉRAPIE INDIVIDUELLE  
CONFÉRENCE  
MÉDITATION SILENCIEUSE

---

# ART THÉRAPIE ANALYTIQUE

L'art thérapie analytique favorise le travail psychothérapeutique en nous connectant à la source de nos maux et de nos difficultés. Cette approche picturale particulière permet la connexion avec son enfant antérieur de manière directe et créative en plongeant dans les racines de l'inconscient.

## **ATELIER ADULTES**

**LUNDI, MARDI et MERCREDI de 18h à 20h**

TARIF mensuel de 68 €

Analyse des oeuvres en individuel : 50 € ( 55 minutes)

## **SÉANCE INDIVIDUELLE ENFANT/ADOLESCENT**

J'accompagne également les enfants et les adolescents dans leurs difficultés scolaires, relationnelles, dans la gestion de leurs émotions, et également dans des difficultés spécifiques : angoisses, phobies, épisodes dépressifs, timidité, manque de confiance, d'estime.

**TARIF de la séance : 50 € (55 minutes) sur rendez-vous**

## **WEEK-END ART THÉRAPIE**

15-16 octobre 2022

10-11 décembre 2022

4-5 mars 2023

10-11 juin 2023

**TARIF : 105 € le week-end, matériel compris - sur inscription**

---

# THÉRAPIE INDIVIDUELLE

## Adulte - Enfant - Adolescent

Vous souhaitez apprendre à gérer vos angoisses, à porter un regard différent sur la dépression. Vous traversez une situation difficile, vous avez le sentiment d'être dépassé(e), de ne plus pouvoir faire face ?

Je vous écoute et vous accompagne afin d'atténuer et vous permettre de comprendre votre souffrance et retrouver votre potentiel de dynamisme et de bien-être.

**TARIF de la séance : 50 € (55 minutes) sur rendez-vous**

# CONFÉRENCES

**La sagesse bienheureuse**

Jeudi 20 octobre 2022

**De l'autre côté du désespoir**

jeudi 23 février 2023

**La puissance de l'acceptation**

Jeudi 25 mai 2023

Réservez à l'avance votre place. Le nombre de places est limité par la taille de la salle.

## TARIFS

10 euros une conférence.

Les conférences débutent à 20h30.

Lieu : Atelier Coloressence 4 La Bourdinière Saint-Martin-la-Plaine.

---

## ATELIERS THÉMATIQUES

Les ateliers thématiques vous proposent des apports théoriques ainsi que des exercices pratiques afin de vous permettre de résoudre vos difficultés et déployer vos potentiels.

**Thème : gérer ses peurs et ses angoisses**

Jeudi 14 et 28 avril 2023 - Jeudi 11 mai 2023

3 séances de 2h de 20h15 à 22h15

**TARIF : 100 € - 6 places**

---

## MÉDITATION SILENCIEUSE

Par l'attention sur l'instant présent et sur la respiration, la méditation favorise une attitude intérieure pleinement consciente et une qualité de vie plus intense.

La méditation permet également une prise de recul face aux événements du quotidien.

Elle est, enfin un lieu d'introspection nous permettant de questionner le sens même de notre existence et de notre place au sein de l'univers.

**Pratique hebdomadaire**

Chaque vendredi de 19h à 20h

Sur inscription seulement - places limitées **-10 € la séance**

**journée de méditation silencieuse 9h -17h**

Dimanche 6 novembre 2022

Dimanche 28 mai 2023

## Mon nouveau livre, **La sagesse bienheureuse,** est disponible

À la librairie Des livres et vous

*Ce livre est une synthèse de 12 ans d'accompagnement thérapeutique ainsi que de 25 ans de pratique méditative .*

*J'ai souhaité un ouvrage pédagogique pour faire découvrir, pour clarifier un certain chemin de sagesse particulier que je nomme la sagesse bienheureuse, chemin alliant la psychologie et la spiritualité.*



### **4ème de couverture :**

Pourquoi lire un énième livre sur le développement personnel?

Certainement parce que c'est celui dont vous avez besoin aujourd'hui puisque la Vie vient de le mettre entre vos mains...

Si vous désirez éclairer votre esprit et évoluer vers plus de sérénité et de joie mais aussi comprendre comment maintenir les moments de paix intérieure; cet ouvrage est fait pour vous !

En traversant successivement (dans l'ordre que vous souhaitez) la porte psychologique et la porte spirituelle,

vous serez prêt.e à emprunter la voie d'action en mettant en pratique ces nouvelles connaissances dans votre quotidien.

Une fois franchies ces deux portes, vous aurez le bonheur d'expérimenter la stabilité émotionnelle et ainsi découvrir La Sagesse Bienheureuse.

Alors qu'attendez-vous pour vous saisir des clés indispensables à votre ouverture de conscience et au développement de votre intelligence du cœur ?

Jean-François RICHARD - Art thérapeute analyste

Tel : 07 71 01 81 89 - 04 77 83 61 99

4 hameau la Bourdinière 42800 SAINT-MARTIN LA PLAINE  
ateliercoloressence@gmail.com - www.ateliercoloressence.fr