

art thérapie dynamique

06 62 75 10 21

L'Art Thérapie pour le bien-être des séniors

L'Art Thérapie est une méthode de soin permettant de dépasser les difficultés personnelles par le biais d'une stimulation des capacités créatives. Cette méthode repose sur des expériences en peinture, dessin, collage et modelage, qui ne requièrent aucune aptitude particulière. Ces processus créatifs stimulent la curiosité, font émerger les souvenirs, améliorent la mémoire et permettent d'améliorer le bien-être des patients.

L'Art Thérapie utilise également le travail sur les sons, la voix, la respiration, la position du corps et son éveil. On parle alors **d'Art Thérapie « Dynamique »**.

1 - Atelier Collage (2h)

Le collage est un excellent exercice pour lutter contre la désorientation que provoque la maladie d'Alzheimer. Le collage constitue le miroir de nos états d'âmes. Le patient travaille à partir de photos, d'images découpées dans de vieux livres ou des magazines, de morceaux de tissus ou de lettres... Il regarde, sélectionne, découpe, colle, raconte, donne vie à ses souvenirs, communique ses émotions, raconte son monde intime ou imaginaire. Les images parlent, l'inconscient s'exprime.

2 - Atelier Peinture (1h)

La peinture, comme le collage, stimule les patients atteints de maladies dégénératives liées à l'âge. Ils travaillent avec la technique « humide en humide » ou avec des pastels secs, sur de petites surfaces, dans le calme, et traitent des thèmes qu'ils choisissent : Paysage avec fleuve – Lune sur la mer – Rangées d'arbres à travers les saisons – Le jardin imaginaire ou réel – Aube et crépuscule – Ambiances de fêtes liées aux souvenirs, etc.

3 - Atelier des Sens (1h)

Cet atelier s'adresse aux patients âgés qui ont besoin de se reconnecter au réel et ressentir du bien-être en sollicitant tous leurs sens : le toucher, l'odorat et l'ouïe. Le patient touche, manipule, sent des éléments organiques, minéraux et végétaux... Cet atelier permet de réveiller des souvenirs, de stimuler la mémoire, de redécouvrir ou découvrir des émotions et des sensations oubliées. Chaque séance a un thème propre (la nature et ses saisons, le jardin, la mer, la cuisine, les vacances, la famille...).

