

# Accueil-Familles-Cancer

## Fiche Atelier Partagé « Art-Thérapie »



« Parce que créer, c'est se créer soi-même »

L'Art-Thérapie s'adresse à toutes les personnes atteintes du cancer et qui ressentent une **souffrance psychique** (dépression, stress, anxiété, phobie, insomnie), qui expriment avec difficulté par la parole leurs pensées, leurs sensations et leurs émotions, et sont sensibles à la création artistique.

Lorsque les mots peinent à venir, ce langage non verbal apporte détente et soulagement.

L'Art-Thérapie est un soin permettant d'**exprimer son intérieur**, en utilisant des techniques artistiques ; c'est un **langage non verbal qui utilise les Arts Plastiques**.



L'**objectif est d'accéder à un changement**, de faire face aux différentes situations existentielles et d'entrevoir un sens et un intérêt à la vie. C'est ressentir des émotions, exprimer ses sentiments, retrouver l'estime de soi et améliorer ses relations avec les autres. Les images savent exprimer nos expériences avec une profondeur que parfois, les mots ne peuvent atteindre.

**Créer, c'est se créer soi-même**, se mettre en forme et en œuvre, se projeter dans un processus de transformation de soi dans une culture et une société. L'Art-Thérapie permet de retrouver une certaine autonomie, un statut de personne qui s'exprime, pense, libre d'agir ou pas.

## L'atelier d'Art-Thérapie, le vendredi de 17h à 18h30

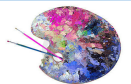
L'**Atelier d'Art-Thérapie** est un lieu de création, d'écoute, de liberté (partir, s'engager, rêver, se plaindre, parler, regarder, penser...), d'empathie, de reconnaissance de soi et des autres, de communication, de plaisir partagé et de jeu.

Un **soin en Art-Thérapie** offre la possibilité de contacter ses émotions les plus profondes, de retrouver une liberté de penser et un lâcher-prise. Présence au monde, prise de conscience de soi et investissement peuvent alors advenir.



Pour en savoir plus sur toutes nos activités, consultez notre site [www.afcancer.fr](http://www.afcancer.fr)

L'atelier est proposé en petit groupe de 4 personnes, le matériel est mis à disposition.



**Adhésions et dons : vous pouvez soutenir notre action !**

Retrouvez sur notre site [www.afcancer.fr](http://www.afcancer.fr), le formulaire de don et/ou d'adhésion que vous pouvez retourner accompagné de votre règlement au siège de l'association : **Accueil-Familles-Cancer - 7 Place Galilée - 94100 Saint-Maur-des-Fossés**. Nous vous remercions par avance de votre soutien, témoignage de votre attachement à notre action.