

Créativité &  
émotions

# Ateliers pour Ados



A la rencontre de soi, en lien avec les autres :

- Lâcher prise, aller à la rencontre de sa créativité et de ses envies
- Être à l'écoute de soi, de ses émotions et de ses besoins
- Développer sa singularité, découvrir et apprivoiser celle des autres

Dans un petit groupe, prendre le temps de se déposer et de se rencontrer. S'ouvrir à sa créativité et laisser aller ce qui vient. En soutenant ce qui émerge et prend forme, Dorothee offre un cadre bienveillant pour que chaque adolescent puisse s'éveiller à lui-même et s'épanouir.

Les outils : la créativité, les émotions, la relaxation et la détente

## Mercredi après-midi

27 mars - 10 avril - 15 mai  
14h à 17h

## Modalités

3 ateliers de 3h

Groupe de 4 à 5 adolescents

11 à 15 ans

Prix total : 150€ (matériel,  
collation et boissons compris)

Lieu : centre Tanuki

Rue Jean Paquot 34 - Ixelles



## Informations et inscriptions :

Dorothee Hanin

Psychologue, psychothérapeute,

Art-thérapeute

0498 05 04 64

dorothee.hanin@gmail.com