

# Atelier

## Sophro collage & sagesse intérieure

Marie-José Barboyon-Brest

---

**Samedi 25 février 2012**



Le collage est un excellent support pour faciliter l'expression personnelle et créative. Il permet de mobiliser les ressources positives qui sont en chacun de nous.

Dans cet atelier, c'est notre sagesse intérieure que nous allons interroger. Nous amenons tout d'abord la détente corporelle pour mieux contacter nos espaces les plus profonds, porteurs des messages de nos guides intérieurs.

Puis, à partir de photos de magazines, de mots découpés, d'éléments de la nature, de rubans ou toute autre matière, chacun réalise un collage spontané de ce qu'il a vécu, de ses ressentis, en laissant progressivement surgir ses images intérieures, comme une photo de son subconscient. C'est en observant la manière de structurer l'espace, de disposer les formes, d'utiliser les couleurs, d'associer les idées que l'on parvient à donner un sens à sa création et à s'en inspirer pour effectuer les changements désirés dans sa vie.

**Public concerné :** Adultes (8 personnes maximum)

**Intervenante :** Marie-José Barboyon-Brest

**Agenda :** samedi 25 février 2012, 9h – 12h

**Tarif :** 25 euros

**Lieu :** au cabinet 17 rue Guy Allard, 38500 Voiron (rue qui fait l'angle avec la Pharmacie de la gare).

**Réservations :**

- par mail [contact@laboiteadouceheure.com](mailto:contact@laboiteadouceheure.com)
- ou par téléphone : 06.86.08.55.20 / 04.76.65.35.68



Marie-José BARBOYON-BREST – Sophrologie Relaxation  
17 rue Guy Allard – 38500 Voiron – 06.86.08.55.20 / 04.76.65.35.68  
[contact@laboiteadouceheure.com](mailto:contact@laboiteadouceheure.com) - [www.laboiteadouceheure.com](http://www.laboiteadouceheure.com)  
SIRET 523 986 057 00017