The background is a vibrant, abstract composition. It features a central sunburst of yellow and white concentric circles. Surrounding this are various swirling, organic shapes in shades of blue, teal, and yellow. Some shapes resemble waves or stylized clouds, while others are more geometric or cellular in appearance. The overall effect is dynamic and energetic.

# ART-THÉRAPIE & HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE

• Isabelle COURBIN ODI-C Création & Charlène TANTUCCI



# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## CALENDRIER DES ATELIERS

Peindre ses émotions

**Samedi 18 Janvier 2025** (14h15-17h15)

Réduire l'anxiété (zentangle)

**Dimanche 2 Février 2025** (10h-12h30 / 14h30-18h)

Lâcher-prise au quotidien !

**Lundi 10 Février 2025** (10h-12h30 / 14h30-18h)

Les messages de l'âme

**Dimanche 2 Mars 2025** (10h-12h30 / 14h30-18h)

Mandala pour traiter la colère

**Vendredi 21 ou Samedi 22 Mars 2025** (14h15-17h15)

Réveille ta créativité

**Dimanche 15 Juin 2025** (10h-12h30 / 14h30-18h)

Dessine sous hypnose

**Vendredi 20 Juin 2025** (14h15-17h15)





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## Peindre ses émotions (6 personnes max)

Vendredi 17 Janvier 2025 (3h)

14h15 - 14h30 : Accueil, Consignes & Méditation

14h30 - 14h50 : Présentation ; atelier, thérapeutes et participants

14h50 - 15h05 : L'intention positive des émotions (expression)

15h05 - 15h30 : Topo, connexion, sélection couleurs et cercle

15h30 - 16h05 : Peindre à la main + hypnose collective

16h05 - 16h15 : Enrichissement et expérience profonde

16h15 - 16h25 : Nettoyage du matériel et rangement

16h25 - 16h50 : Focus « les 4 coins du monde intérieur »

16h50 - 17h15 : Partage, retours d'expérience et conclusion

**70€ pour 1/2 journée et 2 thérapeutes** (travail et décryptage des émotions selon une symbolique personnelle profonde).





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## Réduire l'anxiété au quotidien

Dimanche 2 Février 2025 (10h-12h30 / 14h30-18h)

10h - 10h30 : Accueil, Consignes & Présentation

10h30 - 11h15 : Identifier les signes de l'anxiété

11h15 - 12h30 : Présentation du zentangle & dessin

14h30 - 15h15 : Hypnose collective changement instantané

15h15 - 16h15 : Dessin neuro graphique (s'apaiser en douceur)

16h30 - 17h30 : 3 techniques d'auto-hypnose

17h30 - 18h : Partage d'expérience, tour de table

Limite de places disponibles : 7 personnes

Minimum 6 personnes pour maintenir l'évènement

**140€/personne pour 1 journée (6h) & 2 thérapeutes !**





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## Lâcher-prise au quotidien !

Lundi 10 Février 2025 (1 journée / 6h)

10h - 10h30 : Accueil, Consignes & Présentation

10h30 - 11h15 : Hypnose collective « lâcher-prise »

11h15 - 12h30 : Dessiner son corps les yeux bandés

14h30 - 15h15 : Hypnothérapie relation corps-esprit

15h15 - 16h15 : Message inconscient du lâcher-prise

16h15 - 16h25 : Nettoyage du matériel et rangement

16h25 - 16h50 : Focus « les 4 coins du monde intérieur »

16h50 - 17h15 : Partage, retours d'expérience et conclusion

Limite de places disponibles : 7 personnes

Minimum 6 personnes pour maintenir l'évènement

**140€/personne pour 1 journée (6h) & 2 thérapeutes !**





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## Les messages de l'âme

Dimanche 2 Mars 2025 (10h-12h30 / 14h30-18h)

10h - 10h30 : Accueil, Consignes & Présentation

10h30 - 11h : Tirage photolangage

11h - 11h30 : Connexion et transmission à soi

11h30 -12h30 : Dessiner son symbole ressource

14h30 - 15h : Notre corps nous parle écoutons-le

15h -15h15 : Temps de retour à soi, méditation guidée

15h15 - 16h45 : Peinture intuitive & décryptage

17h - 17h15 : Nettoyage du matériel et rangement

17h15 - 17h30 : Technique d'auto-hypnose

17h30 - 18h : Partage, retours d'expérience et conclusion

Limite de places disponibles : 7 personnes

Minimum 6 personnes pour maintenir l'évènement

**140€/personne pour 1 journée (6h) & 2 thérapeutes !**





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## [Mandala pour traiter la colère](#)

Samedi 22 Mars 2025 (14h15 - 17h15)

14h15 - 14h30 : Accueil, Consignes & Méditation

14h30 - 14h50 : Présentation ; atelier, thérapeutes et participants

14h50 - 15h20 : Topo sur la colère et le mandala

15h20 - 16h10 : Se connecter à un événement et sortir sa colère

16h10 - 16h20 : Nettoyage et rangement du matériel

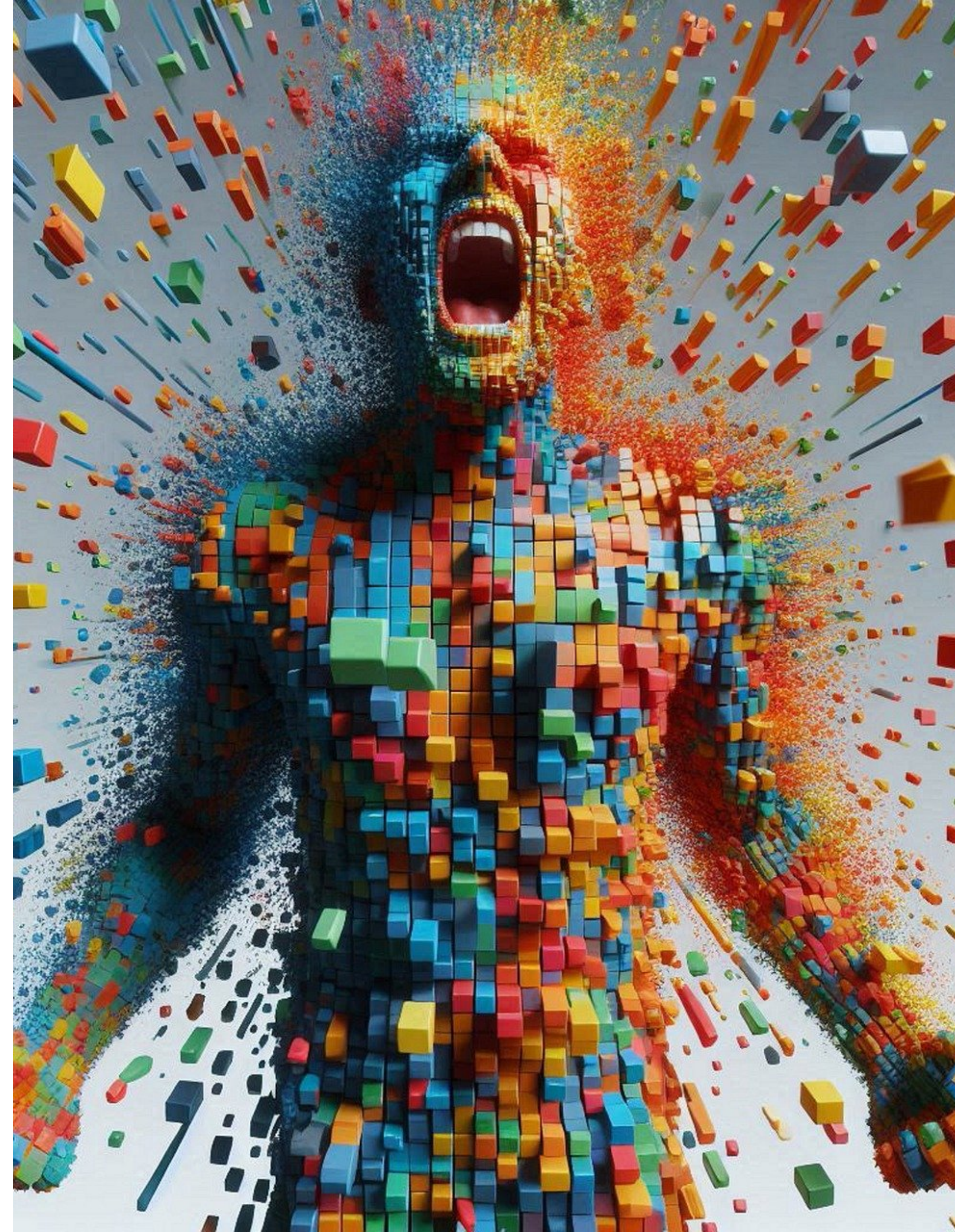
16h20 - 16h50 : Hypnose collective transcender la colère

16h50 - 17h15 : Partage, retours d'expérience et conclusion

Limite de places disponibles : 6 personnes

Minimum 5 personnes pour maintenir l'évènement

**70€/personne pour 1 journée (3h) & 2 thérapeutes !**





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## Réveille ta créativité

Dimanche 15 Juin 2025 (10h-12h30 / 14h30-18h)

10h - 10h15 : Accueil, Consignes & Méditation

10h15 - 10h45 : Présentation ; atelier, thérapeutes et participants

10h45 - 11h : Hypnose pour se connecter à sa créativité

11h - 12h30 : Dessin neurographique & décryptage

14h30 - 14h45 : Retour à soi & méditation guidée

14h45 - 16h30 : Collage intuitif sous hypnose

16h45 - 17h15 : Ecriture intuitive « la créativité au quotidien »

17h15 - 17h30 : Nettoyage et rangement du matériel

17h30 - 18h : Partage d'expérience, tour de table

Limite de places disponibles : 7 personnes

Minimum 6 personnes pour maintenir l'évènement

**140€/personne pour 1 journée (6h) & 2 thérapeutes !**





# HYPNOSE & ART-THÉRAPIE

## Dessine sous hypnose

Vendredi 20 Juin 2025 (14h15-17h15)

14h15 - 14h30 : Accueil, Consignes & Méditation

14h30 - 15h : Présentation ; atelier, thérapeutes et participants

15h - 16h : Dessine sous hypnose ton jardin intérieur

16h - 16h35 : Focus « les 4 coins du monde intérieur »

16h35 - 16h50 : Ecriture intuitive sur l'expérience vécue

16h50 - 17h15 : Partage d'expérience, tour de table

Limite de places disponibles : 7 personnes

Minimum 6 personnes pour maintenir l'évènement

**140€/personne pour 1 journée (6h) & 2 thérapeutes !**

