

**PROCHAINE SESSION :  
JANVIER - MARS 2024**



## NOTRE OFFRE :

- Ouvert aux jeunes de 15 à 30 ans
- Le mercredi de 16h - 18h
- Groupe de 6 à 10 jeunes par atelier
- Dirigé par un.e art-thérapeute diplômé.e
- Cadre sécuritaire et bienveillant
- 150\$ pour 10 ateliers, matériel inclus

## L'ART THÉRAPIE :

- Favorise l'affirmation et l'estime de soi
- Favorise la régulation émotionnelle
- Réduit le stress
- Favorise le lien et l'interaction sociale
- Favorise l'expression libre et spontanée
- Stimule la créativité

*L'art-thérapie est une démarche d'accompagnement qui utilise les matériaux artistiques, le processus créatif, et vise l'expression et la conscience de soi, et/ou le changement de la personne. L'art-thérapeute facilite cette démarche de façon éthique et dans un environnement sécuritaire (AATQ).*

Aucun talent artistique n'est requis.

# Ateliers d'art thérapie

Programme jeunes et jeunes adultes  
15 - 30 ans

## INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

[communications@ateliersducap.org](mailto:communications@ateliersducap.org)

(514) 843 5658 #224

[www.ateliersducap.org](http://www.ateliersducap.org)

4865 Boul. Saint-Laurent, Montréal, QC H2T 1R6

