

## **L'Arche de Saint-Antoine**

Maison d'accueil et de formation  
38160 Saint-Antoine l'Abbaye  
04.76.36.45.97

### **Accès à Saint-Antoine l'Abbaye :**

#### Par la route :

Lyon (90 mn), Valence (50 mn), Grenoble (60 mn).  
En venant du Sud, prendre Valence sud, Romans, Saint-Marcellin.

En venant du Nord, direction autoroute Lyon-Est, suivre Grenoble puis Marseille sur la rocade Est, sortir à Heyrieux puis prendre D578 Saint-Jean-de-Bournay, Roybon, Saint-Antoine.

#### En train :

Gare de St Marcellin (Isère) 12 kms. Changement à Valence en venant du Sud ; changement à Valence ou Grenoble en venant du Nord.

*Avec l'accord des participants, leurs coordonnées pourront être échangées avant la session pour l'organisation de covoiturages éventuels.*

## **Animatrices**

---

### **Francine SALMON**

Praticienne Art-Thérapeute, Francine SALMON est titulaire d'un master en Art Thérapie de l'INFIPP Lyon.

Formée à l'accompagnement de parcours symboliques (FASES Maison de Tobie), elle accompagne des personnes et des groupes, et anime des sessions d'expression créative.

### **Agnès VOISIN**

Agnès VOISIN est formée à l'écoute et à l'accompagnement individuel et collectif. Elle a participé à de nombreuses sessions d'expression créative et symbolique ; elle co-anime des sessions avec Francine depuis 5 ans.

Renseignements et inscriptions

Association L'Être en jeu

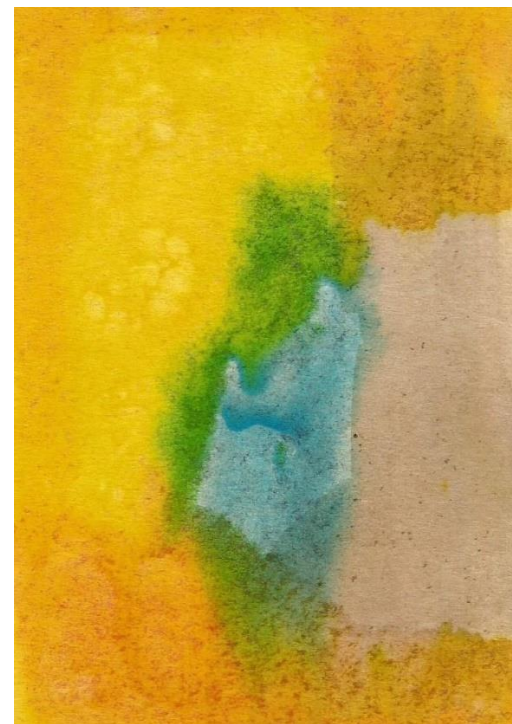
[etreenjeu@orange.fr](mailto:etreenjeu@orange.fr)

Francine SALMON : 06.81.98.99.10

Agnès VOISIN : 06.72.50.91.86

## **Le presque rien, chemin de plénitude**

*Par l'expression créative,  
retrouver le chemin de la  
simplicité et la joie d'exister*



**Du lundi 25 juillet (17h) au  
dimanche 31 juillet (14h) 2022**

*Arche de Saint-Antoine l'Abbaye*

## Un chemin vers soi

---

Dans nos vies si souvent encombrées, envahies, trépidantes, nous aspirons à retrouver le chemin de la simplicité et la joie d'exister.

Par le biais de la créativité, nous vous proposons de faire retour à l'essentiel.

Poser un geste en conscience.

Tracer une ligne, subtilement.

Appréhender la matière.

Faire place à l'éphémère.

Expérimenter le travail monochrome.

Redonner vie et sens à l'objet abandonné...

Dans la présence à soi et la lenteur du geste, accueillir ce qui vient, simplement.

Par une pratique artistique épurée, reposante, respirante, ouvrir un espace qui nous requiert tout entier, Corps, Cœur, Esprit.

*« Il ne faut pas perdre de vue les rares choses qui nous sont essentielles, celles qui nous aident à vivre ; on peut laisser tranquillement les autres »*

Etty Hillesum

## Une dynamique créative

---

Aucun prérequis n'est demandé pour vivre cette expérience.

Des exercices de détente nous permettront d'entrer dans l'expression créative.

L'expression est première, elle est guidée. Un média artistique différent sera proposé chaque jour (peinture, collage, travail de la matière, encres, dessins méditatifs...).

Le travail de créativité est individuel ; il sera suivi par des temps de partage en groupe ; pour ceux et celles qui le souhaitent, un temps d'accompagnement personnalisé sera proposé.

### Merci d'apporter :

- ✓ Un objet qui symbolise votre état du moment et qui vous permettra de vous présenter.
- ✓ Un cahier ou un carnet.
- ✓ Des vêtements confortables et qui ne craignent pas d'être tâchés.
- ✓ Pour pouvoir remporter vos productions, prévoir un grand carton ou rouleau à dessin.

## Côté pratique

---

La session accueille de 8 à 14 personnes.

**Animation : 350 €**

*(Adhésion L'Être en jeu et matériel inclus)*

**Pension complète : 318 €**

*(En chambre à 2 ou 3)*

Possibilité éventuelle de chambre seule avec coût supplémentaire, en fonction des places disponibles.

*(A voir au moment de l'inscription)*

Apporter draps et linge de toilette.

*(Fourniture des draps sur place : 8 €)*

**Adhésion à l'Arche : 15 €**

*(Pour une année)*

*La cuisine de l'Arche est végétarienne*

Pour plus d'information sur l'Arche de Saint-Antoine l'Abbaye, vous pouvez consulter le site :

**[www.arche-de-st-antoine.com](http://www.arche-de-st-antoine.com)**