

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 9 ans.

Renseignements

L'Être en jeu : etreenjeu@orange.fr

Francine SALMON : 06.81.98.99.10

Inscriptions en ligne sur

<https://www.arche-sta.com/inscription>

Habiter son cœur profond

Aller à la rencontre de soi par l'expression créative



*Du lundi 3 août (17h30) au
dimanche 9 août (14h) 2026*

Arche de Saint-Antoine l'Abbaye

Un chemin vers soi

L'expression créative se présente comme un espace de respiration. Cet espace permet à chacun un chemin de connaissance de soi et de croissance personnelle, riche et souvent surprenant. Toute démarche créative authentique porte des fruits d'humanité, nous enracine dans notre identité d'être unique, nous verticalise et nous ouvre l'accès à notre dimension de profondeur.

Nous vous proposons ce chemin afin d'aller vers plus de liberté intérieure, accueillant nos fragilités et nos blessures, et reconnaissant ce qui est grandeur en nous.

Nourris de nos intuitions et de nos émotions, nous pourrons aller à la rencontre de notre cœur profond et exprimer notre monde intérieur par le biais de différents supports.

**« Créer n'est pas un but en soi,
créer est un chemin qui nous conduit
à être et à devenir »**

Antoni TAPIES

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 l'argile, 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.

Créons les pieds sur terre !

La session accueil de 8 à 14 personnes.

Animation :

Tarif de base : 380 €

Soutien : 440 €

Solidarité : 300 €

(Le prix comprend notamment le matériel de créativité, la location de la salle, l'animation et l'adhésion à l'Être en jeu)

Pension complète : 372 €

(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 : 10 €)

Adhésion à l'Arche : 17 €

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