



Geste de Soi
du geste à l'image, de l'image à Soi

Adélaïde Braïchet-Huegli
Psychologue, Art-thérapeute & Photothérapeute

Bas du Village 49
2353 Les Pommerats



Tel: 079 544 87 34
Email: adelaide@gestedesoi.ch



Résidence
la Courtine

Art-thérapie et photographie thérapeutique

Au sein même de la résidence, dans un cadre bienveillant et rassurant pour la personne âgée, j'offre un espace unique où l'on peut explorer ses pensées et souvenirs en toute sécurité. Les couleurs, les textures, et les formes deviennent des outils pour raconter son histoire unique, sans mots. Chaque création est une fenêtre ouverte sur l'âme, un reflet des joies et des peines qui ont jalonné une vie.

Les séances d'art-thérapie ne se limitent pas à la peinture ou au dessin; elles englobent diverses techniques permettant à chacun de trouver le moyen d'expression qui lui convient le mieux. Cette approche holistique favorise le bien-être et la paix intérieure, tout en renforçant l'estime de soi.

Ainsi, grâce à l'art-thérapie, les personnes âgées peuvent renouer avec leur identité et leur histoire personnelle, tout en créant de nouveaux souvenirs empreints de beauté et de sens. C'est un voyage vers la redécouverte de soi, un hommage à la résilience de l'esprit humain.

Je suis reconnue ASCA et RME, n'hésitez pas à demander des informations à l'équipe de la Résidence la Courtine.