

Retraite d'Art et de bien-être 27 au 29 octobre 2026

Volet « Arts visuels »

(Enseignantes : Josée DeMeo et Clarisse Cheseaux)

Mardi après-midi

Atelier d'accueil :

Atelier de peinture acrylique sur un sous-verre en ardoise.

Mardi soir

Cet atelier s'adresse aux gens qui seront inscrits aux deux volets. Laissez-vous guider dans l'art du mandala et expérimentez des formes, des couleurs et des répétitions pour réaliser une création personnelle, suite à une session d'introduction au Nada Yoga et aux mantras. Un atelier favorisant la détente, la concentration et l'expression artistique.

Mercredi matin

Atelier d'aquarelle avec Josée DeMeo et Clarisse Cheseaux :

Atelier d'aquarelle – Deux artistes, deux techniques, une expérience créative

Découvrez l'univers fascinant de l'aquarelle à travers un atelier unique animé par deux artistes passionnées, chacune partageant sa propre approche, ses techniques et sa vision artistique.

Au cours de cette expérience enrichissante, vous explorerez deux styles différents d'aquarelle, vous apprendrez diverses méthodes d'application, de superposition des couleurs, de textures et d'effets lumineux. Chaque artiste vous guidera étape par étape dans son processus créatif, vous permettant d'élargir vos connaissances et d'expérimenter de nouvelles façons de peindre.

Que vous soyez débutant, intermédiaire ou amateur d'art curieux, cet atelier vous offre une occasion inspirante de développer votre créativité, d'essayer différentes techniques et de découvrir la richesse de ce médium délicat et expressif.

DÎNER

Mercredi après-midi

Acrylique professionnel sur toile ou soie avec Josée DeMeo

Explorez l'univers fascinant de la peinture acrylique à travers un atelier créatif offert sur toile ou soie. Que vous soyez débutant ou artiste en développement, découvrez différentes techniques d'application, de texture, de transparence et de mélange des couleurs.

Travaillez avec des peintures acryliques professionnelles de haute qualité, reconnues pour leur richesse pigmentaire, leur luminosité et leur durabilité. Vous serez guidé pas à pas dans la réalisation d'une œuvre unique tout en développant votre créativité et votre confiance artistique.

Mercredi soir : Soirée libre

Jeudi matin

Les participant.e.s pourront continuer et finaliser un projet qu'ils ou elles auront commencé mercredi.

Pour la deuxième partie de l'avant-midi, les participants des deux volets seront regroupés ensemble pour apprendre et changer un mantra spécifique. Par la suite, ils seront appelés à créer une œuvre visuelle.

Découvrez l'art du mandala sur roche à travers la couleur, les formes et le pointillisme. Créez une œuvre unique en explorant différentes techniques de peinture sur pierre, dans une ambiance créative et relaxante.

DÎNER