



Atelier de peinture zen pour enfants

*Un peu de technique, mais pas trop. Surtout de l'émotion.
Un peu d'encre et les motifs apparaissent sur la fine feuille de riz...*

Qu'est-ce que c'est le Sumi?

Le Sumi est une technique de la peinture à l'encre japonaise qui se caractérise par le minimalisme des touches du pinceau. L'artiste représente la nature (poissons, fleurs, oiseaux, paysages), mais il ne détaille pas, il suggère. Il médite, maîtrise ses émotions, avant de les restituer par le dessin.

A chaque mouvement, on a accès au **moment présent**.



L'Atelier

À l'image d'une formation en développement personnel, l'atelier de peinture Sumi permet de :

- Aider les enfants à **prendre conscience** de ses émotions et de ses sensations, et à les accepter
- **Diminuer son stress** et son anxiété
- Améliorer la mémoire (état de concentration 'Alpha')
- **Surmonter ses faiblesses**, qu'il s'agisse de timidité, d'autisme ou d'autres handicaps
- Se libérer des tensions en les exprimant par les formes et le dessin
- Permettre les échanges avec d'autres et la famille, **rompre l'isolement**

Le matériel

- Pinceaux de crin naturel
- Encre noire japonaise
- Papier de Riz



Public

- Aucun pré-requis nécessaire. L'habileté ou le talent n'est pas nécessaire
- Inscriptions tout au long de l'année
- Possibilité de cours en anglais et italien

Tarif : 35 euro par séance (2 heures), matériel inclus.

L'Artiste



Mauro De Giorgi est un artiste peintre et formateur qui a travaillé en France, Italie, Angleterre, au Japon et à Singapour.

Ses oeuvres ont fait l'objet de plusieurs expositions nationales et internationales (La Biennale de Venise, ArtBasel Switzerland, Art Stage Singapour, Institute of Italian Culture in Sydney).

Mauro travaille aussi en tant que formateur auprès des écoles, instituts et associations culturelles en Provence.



Temoignages

« Excellente expérience, Mauro nous a fait découvrir et partager sa passion avec beaucoup de bienveillance. Nous étions en immersion totale, merveilleux moment de lâcher prise, et découverte d'une nouvelle passion encore Merci !!!! » (Laurence, Villemoisson-sur-Orge)

« Mauro est un homme abordable, bienveillant, et intéressé par la personne qu'il est en face de lui ». (Monique, Isle Jourdan)

« Expérience incontournable! Je le recommande avec ferveur... Et bon voyage ! » (Clara, Marrakesh)

« Activité idéale pour se changer les idées et profiter du moment présent avec sérénité. Mauro est un artiste talentueux qui a été très pédagogue pour animer cet atelier qui nous a permis de découvrir la pratique du sumi et repartir avec notre chef d'œuvre. » (Lucie, Versailles)