



Che C...uore!

COACHING GENITORIALE

ASCOLTO • EMPATIA • STRUMENTI • CRESCITA

Arteterapia – Che C...uore!

Dove la creatività incontra il benessere

Ogni bambino, ragazzo e adulto possiede un linguaggio speciale che spesso va oltre le parole.

L'arte permette di esprimere emozioni, raccontare vissuti, sviluppare la creatività e ritrovare uno spazio sicuro in cui stare bene con sé stessi.

Che C...uore! propone percorsi di arteterapia orientati esclusivamente al benessere personale, alla crescita emotiva e allo sviluppo delle proprie risorse attraverso attività creative.

Un luogo dove sentirsi liberi di esprimersi

Durante gli incontri non è importante saper disegnare o avere particolari capacità artistiche.

L'obiettivo non è creare un'opera perfetta.

L'obiettivo è utilizzare colori, materiali e creatività come strumenti di espressione, ascolto e benessere.

Ogni creazione racconta qualcosa di unico.

Come funziona

Sedute in presenza



Durata: circa 60 minuti



Modalità: incontri individuali o di gruppo in presenza.

Gli incontri si svolgono in un ambiente accogliente, sereno e privo di giudizio, dove ogni persona può sentirsi libera di sperimentare.

Cosa faremo insieme

Ogni percorso viene costruito in base all'età, agli interessi e agli obiettivi della persona.

Durante gli incontri utilizzeremo attività creative come:

 Disegno

 Pittura

 Collage

 Colori e materiali artistici

 Attività manuali

 Giochi creativi

 Attività dedicate al riconoscimento delle emozioni

 Esercizi per favorire ascolto, collaborazione ed empatia

Ogni esperienza viene proposta in modo semplice, coinvolgente e rispettoso dei tempi di ciascuno.

A chi si rivolge

I percorsi sono pensati per:

 Bambini

 Ragazzi

 Famiglie

 Piccoli gruppi

Ogni incontro viene adattato alle esigenze dei partecipanti.

Cosa porterete a casa

L'obiettivo non è soltanto realizzare un elaborato artistico.

Alla fine del percorso porterete con voi:

✨ maggiore consapevolezza delle emozioni;

✨ più fiducia nelle proprie capacità;

- ✨ nuove modalità per esprimersi;
- ✨ maggiore creatività;
- ✨ momenti di calma e rilassamento;
- ✨ strumenti per riconoscere e comunicare ciò che si prova;
- ✨ un ricordo concreto del percorso attraverso le proprie creazioni.

Ogni elaborato rappresenta una parte della propria storia e del cammino vissuto.

Il mio approccio

Nel brand **Che C...uore!** credo che la creatività sia una risorsa preziosa per il benessere.

Ogni persona ha il diritto di esprimersi senza paura di sbagliare.

Per questo ogni incontro è basato su:

❤️ Ascolto

🤝 Accoglienza

🌱 Rispetto dei tempi individuali

🎨 Libertà creativa

✨ Empatia

Qui non esistono lavori belli o brutti.

Esiste il valore di ciò che ognuno sceglie di raccontare attraverso l'arte.

Una precisazione importante

Le attività di arteterapia proposte da **Che C...uore!** hanno finalità esclusivamente educative, espressive e di promozione del benessere personale.

Non costituiscono un trattamento medico, psicologico, psicoterapeutico o sanitario e non sostituiscono diagnosi, cure o percorsi clinici svolti da professionisti sanitari qualificati.

Qualora emergessero bisogni di natura clinica o terapeutica, sarà consigliato rivolgersi alle figure professionali competenti.

Perché scegliere Che C...uore!

Perché ogni persona merita uno spazio in cui sentirsi ascoltata, libera di creare e di esprimersi senza giudizio.

Crediamo che, attraverso la creatività, sia possibile coltivare relazioni più autentiche, rafforzare la fiducia in sé stessi e vivere momenti di benessere condiviso.

Che C...uore!

Il cuore non sbaglia... al massimo impara.

Incontri di arteterapia in presenza

Un percorso dedicato a bambini, ragazzi e famiglie per riscoprire il piacere di creare, esprimersi e stare bene insieme, attraverso l'arte e la creatività.