

O'Reva



MES FORMATIONS :

- Stages d'aquarelle et divers cours de dessin et peinture
- Formation en relaxation et gestion du stress en 2010 (Institut de Médecine Energétique).
- Formation en Massage du visage/crâne/épaules en 2018
- Formation en olfactothérapie – aromathérapie
- Praticienne en mandala –diplôme obtenu en 2018 – selon la pédagogie de Marie Pré
- Formation en art-thérapie en 2019-2020

Attrirée par le dessin et la peinture depuis toujours et en particulier l'aquarelle, j'ai suivi plusieurs cours et stages.

D'un côté ma passion pour la peinture, de l'autre des techniques de bien-être. Ayant fondamentalement envie de transmettre et de partager, je me suis orientée vers des formations qui permettent de lier les deux.

L'animation d'ateliers de mandalas est une voie qui permet aux personnes de se reconnecter à leur jardin d'intérieur, à leur créativité, vivre l'instant présent, évacuer le stress, renouer avec les couleurs, et retrouver un équilibre intérieur et l'ouverture qui en découle.

Parce que le beau élève et apaise ; il était primordial pour moi de proposer des outils qui s'adressent à tous, même à ceux qui n'ont jamais dessiné ou peint depuis leur plus tendre enfance.

La formation d'art-thérapie que je suis me permettra d'aider plus largement les personnes via l'art.

EXPOSITIONS :

Je participe aux expositions annuelles d'artistes de quartier

J'ai exposé à Paris pendant en 2015 à la Galerie GII (Paris 15^{ème}).

J'ai exposé au restaurant tibétain le Kokonor à Paris de février à mai 2019



