

Arteterapia



Expresa lo que sientes mas allá de las palabras.

El arte como camino hacia el bienestar emocional.

¿Qué es la arteterapia?

Es una terapia que utiliza el proceso creativo como herramienta para explorar, expresar y transformar emociones.

A través de la pintura, el dibujo, la escultura y otras formas artísticas, se crea un espacio seguro donde la persona puede conectar consigo misma, dar forma a lo que siente y encontrar nuevas formas de sanación y crecimiento.

*No necesitas tener conocimientos de arte.
Lo importante no es el resultado, sino el proceso.*

¿Qué materiales y recursos se utilizan?

- Pinturas, crayones, lápices de colores, arcilla, collage y materiales mixtos que favorecen la expresión sensorial
- Espacio preparado para la exploración libre y guiada
- Actividades adaptadas a las capacidades y necesidades de cada persona

¿Para qué está pensada esta sesión?

- Explorar y liberar emociones difíciles de verbalizar
- Fortalecer la autoestima y la identidad personal
- Acompañar procesos de duelo, ansiedad o depresión
- Estimular la creatividad y la conexión con uno mismo
- Promover el bienestar mental, emocional y espiritual

¿Esta terapia es para ti?

- Si te cuesta poner en palabras lo que sientes
- Estás atravesando un proceso emocional complejo
- Buscas una forma distinta de sanar y expresarte
- Sientes ansiedad, estrés o bloqueo emocional
- Quieres reconectar con tu creatividad y tu mundo interior

\$ 52.50

Precio Regular

*Duración de cada sesión: 1 hora

*Terapias exentas de IVA

**Tu bienestar importa.
¡Agenda tu cita!**

☎ 098 351 3216 / 098 795 7644

✉ terapiasintegrales@vivemas.com.ec

📍 Tumbaco, Quito – Club Vivemás

📷 [vivemasclub](#)

📘 Vivemás - Mi club, mi tiempo