



UN ATELIER INNOVANT OÙ LA  
DOUCEUR DE LA RÉFLEXOLOGIE  
PLANTAIRE POUR BÉBÉS  
RENCONTRE L'EXPRESSION  
CRÉATIVE DE L'ART PLASTIQUE

# JE PRENDS MON PIED

Dirigé par Ghislain Wilczenty,  
réflexologue, naturopathe  
et Nicolas Gal, peintre plasticien.

La réflexologie plantaire est une technique de massage des pieds qui repose sur l'idée que certaines zones des pieds correspondent à des organes et des systèmes du corps. La réflexologie, souvent adaptée pour les enfants, utilise des pressions douces sur ces zones pour favoriser la détente et aider à équilibrer le bien-être général. Pour les tout petits, cela peut être une approche ludique et douce pour apaiser les tensions.

Cet événement hybride allie le bien-être et l'art, offrant une expérience sensorielle enrichissante pour les tout-petits.

Au cours de cet atelier, les parents apprendront des techniques douces de réflexologie plantaire adaptées aux bébés, favorisant leur détente et leur bien-être, associées à des activités artistiques pour stimuler la créativité des enfants.



Cet événement hybride allie le bien-être et l'art, offrant une expérience sensorielle enrichissante pour les tout-petits.

Crème de massage fait maison à base de karité  
et de pigments colorés naturels



On explique ...



On dessine...



Crème de massage fait maison à base de karité  
et de pigments colorés naturels



un petit nid calme et confortable



Empreintes de  
petits  
pieds de bébés  
en crème de  
karité colorée

## Nicolas Gal

Peintre, plasticien et scénographe déclaré à la Maison des Artistes depuis 1999

- expositions en France et à l'étranger
- scénographies de musées et de spectacles vivants (pour le TEF depuis 2025).

Master 2 d'Histoire de l'Art.

Enseignement des arts depuis 1996 : Musée du colombier (Alès), écoles, collèges, MJC, MPT...



## Ghislain Wilczenty

Fort de 14 ans d'expérience en nutrition (clinique, libéral, ateliers intergénérationnels) et d'un passé dans le spectacle vivant, Ghislain Wilczenty marie science et créativité pour concevoir des expériences uniques à la croisée de l'art et de l'alimentation. Depuis 15 ans, il collabore avec le plasticien Nicolas Gal et le Quartier des Bébés (Montpellier), où il a développé une expertise reconnue en médiation sensorielle et ludique pour la petite enfance et leurs parents.

Son approche, à la fois pédagogique, artistique et gourmande, séduit par son originalité et son impact : éveil des sens, renforcement du lien familial, et transmission joyeuse des savoirs. Un profil hybride et engagé, idéal pour des projets culturels innovants qui sortent des sentiers battus.



## CREATEF-Théâtre en flammes

Depuis plus de 20 ans, l'association CREATEF s'est spécialisée pour l'accès à la culture des tout-petits. Avec sa compagnie associée, Le Théâtre En Flammes, elle a développé une grande expérience auprès du jeune public en présentant de nombreux spectacles réellement conçus pour les tout-petits de 6 mois à 6 ans. Ces spectacles sont largement diffusés en France et et à l'international. Fort de ces expériences et de sa position d'observatrice privilégiée de la petite enfance, Danièle Temstet la fondatrice du Théâtre en Flammes explore désormais de nouvelles pistes et travaille plus précisément sur la relation adulte-enfant au travers du lien culturel et artistique. Elle milite contre la Malnutrition Culturelle, pour l'éveil artistique et culturel du jeune enfant, pour la démocratisation de l'accès à la culture en l'inscrivant, dès la naissance de l'enfant, dans le quotidien des familles.



## **Fiche Technique**

**Jauge: 10 enfants accompagnés d'un adulte**

**Âge : 0 à 3 ans**

**Durée : 3/4H à 1H selon l'âge des enfants**

**Matériel demandé : 10 tapis confortables**

**1 grande table**

**10 coussins**

**Devis sur demande**

**0611899282 / createf@free.fr**

**[www.theatre-en-flammes.com](http://www.theatre-en-flammes.com)**