

Cycle Thématique

RENOUER AVEC SA CRÉATIVITÉ

La créativité peut s'endormir si elle n'est pas stimulée, et nous avons alors l'impression qu'elle nous a abandonnée quand nous tentons de la réactiver après un long moment. Le but de cet Atelier est de se reconnecter à sa fibre créative, de reprendre le goût et la confiance en soi nécessaire à son émergence et d'instaurer une routine pérenne.

Les objectifs de ce cycle sur la Créativité :

Fournir plusieurs pistes, exercices et méthodes qui serviront d'amorce à la créativité endormis et pourront être utilisés sur le long terme comme stimulation.

Voici les sujets que nous aborderons lors des différents ateliers :

- Habitudes créatives
- Écriture automatique
- Espace et temps dédié à créer
- Créer à plusieurs
- Se connecter à ses sens
- Trouver l'inspiration en dehors de sa zone de confort
- Définir son propre objectif créatif

Pourquoi une démarche par l'écriture :

L'écriture est à la fois un art, un loisir, un moyen de communication, de verbalisation, de transmission et d'introspection. Toutes ces facettes sont facilement accessibles et peuvent être explorées pour générer stimulation et inspiration.

Infos Pratiques :

À venir