

Retraite Journal créatif :

Programme Week-end

Vendredi

Matin (9h - 12h) Atelier créatif > Création d'un journal/carnet original.

Une approche ludique et accessible à tous pour créer un support personnalisé. Ce carnet pourra ensuite être utilisé pour votre pratique de Journal Créatif, ainsi que pour vos explorations de techniques artistiques.

Après-midi (14h - 17h) Atelier de Journal Créatif® pour se reconnecter à soi.

Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.

Samedi

Matin (9h - 12h) Atelier de Journal Créatif® pour se reconnecter à sa créativité.

Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.

Après-midi (14h - 17h) Atelier créatif > Création de papier pour le collage

Expression créative et lâcher-prise avec des encres aquarelle, l'acrylique et le monotype.

Dimanche

Matin (9h - 12h) Atelier de Journal Créatif® pour se reconnecter à son environnement. Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.

Après-midi (14h - 17h) Atelier créatif > À la découverte des techniques artistiques Une exploration autour de techniques artistiques à utiliser dans son journal.

Retraite Journal créatif :

Programme Semaine

Lundi

Après-midi (15h - 17h) Atelier créatif > Création de papier pour le collage

Expression créative et lâcher-prise avec des encres aquarelle, l'acrylique et le monotype.

Mardi

Matin (9h - 12h) Atelier créatif > Création d'un journal/carnet original. Une approche ludique et accessible à tous pour créer un support personnalisé. Ce carnet pourra ensuite être utilisé pour votre pratique de Journal Créatif, ainsi que pour vos explorations de techniques artistiques.

Après-midi (14h- 17h) Atelier de Journal Créatif® pour se reconnecter à soi.

Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.

Mercredi

Matin (9h - 12h) Atelier de Journal Créatif® pour se reconnecter à sa créativité.

Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.

Après-midi (14h - 17h) Atelier créatif > Écriture créative & artistique. Une exploration autour de diverses manières d'intégrer l'écriture dans son journal.

Jeudi

Matin (9h - 12h) Atelier de Journal Créatif® pour se reconnecter à son environnement. Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.

Après-midi (14h - 17h) Atelier créatif > À la découverte des techniques artistiques. Une exploration autour de techniques artistiques à utiliser dans son journal.

Vendredi

Matin (9h - 12h) Atelier de Journal Créatif® pour s'ancrer dans l'instant présent.

Une plongée dans l'univers du Journal Créatif liant l'expression artistique, l'écriture et le collage.