

novembre 2015

ACTUALITES

Provence



A Venelles

Le premier atelier de la rentrée a réuni onze participants, dimanche 20 septembre 2015. Voici quelques échos de ce moment particulièrement dense :



Aujourd'hui, j'ai pu exprimer qui j'étais réellement, dans mon intérieur, et rencontrer d'autres personnes au travers de l'écriture. En nous retrouvant collectivement, je me suis retrouvée. L'écriture est une manière intéressante de se libérer, de se laisser aller, de se raconter et de se lier aux autres. Merci à tous pour votre partage. C'était une belle expérience enrichissante.

Marion

Heureuse de rencontrer de nouvelles personnes, chacune avec son histoire. L'atelier nous mène à nous unir par un fil invisible, preuve que l'on peut arriver à ouvrir son cœur à tout un chacun, quel que soit son âge, son vécu, sa couleur de peau à condition de vouloir rencontrer l'autre sur un autre plan, le seul qui soit réel. Est-ce cela l'universalité ?

Agnès-Marie





J'ai vécu agréablement cette première expérience. L'accueil chaleureux et généreux nous a permis de trouver une ambiance paisible sous le signe du recueillement, de la convivialité et de l'échange universel.

Les imaginations des uns et des autres ont produit des textes multiples : sages, fantastiques et pittoresques. J'ai été très inspirée et cela m'a fait plaisir de tester ma capacité de transmettre mes pensées à l'aide de ma modeste plume. Merci.

Fadia

Je suis arrivée avec de l'appréhension, mais qui a vite disparu.

J'ai rencontré des personnes qui avaient le même langage que moi et qui étaient venues pour la même chose : être authentique.

Le partage est le maître-mot, la bienveillance et la tolérance aussi.

Un bon après-midi.



Nadine

PROCHAINS ATELIERS A VENELLES

Pour adultes :

Dimanche 29 novembre 2015

Dimanche 20 décembre 2015

A Luynes

Le cycle d'intervention auprès des jeunes majeurs détenus, à la maison d'arrêt de Luynes, s'est achevé en septembre. Dans un contexte compliqué sur le plan de l'organisation (travaux, restructuration), il a été plus difficile de maintenir une continuité avec les participants, mais les ateliers d'écriture spontanée ont tout de même reçu plus de vingt participants sur l'ensemble de l'activité.



L'équipe des *ateliers de la plume* a toujours été bien accueillie par le personnel du centre de détention ainsi que par les enseignants. Le responsable du groupe scolaire s'investit sans compter pour mettre en œuvre des activités dans l'intérêt des détenus. Voici les témoignages de quelques participants :

Cet atelier m'a permis de faire le vide à l'intérieur de moi, cela m'a permis de ressentir un peu la paix en moi, ça faisait bien longtemps.

A chaque inspiration, c'est comme si je faisais le vide en moi, comme on vide une maison, ensuite je ressens le calme, la paix, le bien-être, tellement qu'il pourrait y avoir de l'écho à l'intérieur de moi.



Ce cours m'a apporté la confiance en moi

Ça m'a apporté de la légèreté et la simplicité des choses.

J'ai aimé car ça m'a permis de pouvoir faire un point, histoire de voir où j'en suis vraiment.

J'ai vécu une expérience que je ne connaissais pas, ça m'a fait du bien.

Ça faisait longtemps que je n'avais plus voyagé à l'intérieur de moi. J'espère revenir très vite et j'ai moins de stress en moi que quand je suis arrivé.

J'ai l'impression que la rage que j'abrite en moi s'est évaporée de mon corps pour ensuite laisser place à la paix, je me sens plus apaisé. Je vous en remercie.

VENELLES

Alia Isselée ou le goût de l'écriture spontanée



Alia Isselée a une véritable passion pour l'écriture. / PHOTO S.L.

Alia Isselée, venelloise de cœur, est une passionnée d'écriture. Au-delà des méthodes traditionnelles qui reposent la plupart du temps sur la performance, elle stimule l'intuition, l'imagination, la réflexion, l'autonomie et le déblocage de l'expression. *"Dans une atmosphère relaxante, à partir de consignes diverses, le participant va aller à la découverte des trésors enfouis au cœur de son être et se libérer, explique-t-elle. Je me souviens de cet enfant qui avait d'énormes difficultés d'expression, qui s'est mis un jour à se raconter d'une voix claire."* Au début, elle avait pris goût à aider ceux qu'elle côtoyait. Puis encouragée par ses amis, elle a décidé de créer en 2003 l'association "La plume enchantée" rebaptisée depuis "Les ateliers de la plume". Elle a animé des séances dans divers organismes tels que les hôpitaux psychiatriques, en maison de retraite, en hôpital, en centre social pour des femmes immigrées, dans des écoles primaires, dans les prisons... Elle pratique localement sur plusieurs communes dont Aix, Gardanne, Marnagnan, Martignes... et partout en France où elle est sollicitée. Elle est intervenue dans le Grand Nord et dans des écoles de Québec. Elle conduit des at-

eliers à l'Université de Clermont Ferrand et organise des stages de ressourcement en famille pour adultes dans le Limousin... A Venelles, elle a été sollicitée par la bibliothèque pour des adultes, puis tout récemment par la librairie "La petite fabrique" pour des enfants. Elle organise, un dimanche par mois, à son domicile venellois un atelier d'écriture spontanée pour adultes.

Les ateliers se déroulent toujours de la même manière. Il n'y a jamais de thème prédéfini. Son travail contribue à faire émerger ce que les participants ont besoin d'exprimer, de dire, de témoigner... *"Et pour cela, il n'y a pas besoin d'être littéraire",* dit-elle rajoutant que *"lorsqu'on s'investit dans un atelier, on clarifie sa source intérieure qui peut être encombrée de tous complexes, problématiques personnelles, blocages, croyances... qui empêchent d'exprimer ce que l'on porte en soi."* S.L.



Prochain rendez-vous pour adultes est fixé ce dimanche de 15 h à 18 h au 1, allée des Flandres, hameau des Logissons, Venelles. Réservation obligatoire par courriel:

aixenprovence@lesateliersdelaplume.fr
ou par téléphone au 07 81 21 75 21.
Possibilité d'atelier individuel.
www.lesateliersdelaplume.fr

A Gardanne

Le 10 octobre 2015, l'atelier d'écriture spontanée pour enfants s'est déroulé dans une atmosphère joyeuse, calme et légère. Douze enfants étaient présents et ont exprimé en fin d'atelier ce que leur avait apporté ce moment :



Je me sens plus calme, plus tranquille et j'aimerais refaire cet atelier.

Loris (8 ans)

J'ai senti le cœur, après c'était la fête. J'aimerais revenir.

Lucie (6 ans)

Plus joyeuse, ça m'a apporté du bien.

Marie Lou (6 ans)



Limousin-Auvergne



En octobre 2015, plusieurs ateliers d'écriture spontanée ont eu lieu en Auvergne et en Limousin : à Guéret, au lycée Jean Favard, auprès d'élèves internes ; à Marlanges, pour les enfants et les adultes ; à Clermont-Ferrand, avec des étudiants de l'Université Blaise Pascal. Petits et grands ont beaucoup apprécié ces moments de ressourcement et de créativité.

Vous trouverez le compte rendu de ces différents ateliers dans les Actualités de décembre.

Forum des associations



les ateliers de la plume étaient présents au forum des associations de l'Université Blaise Pascal, jeudi 15 octobre 2015, pour informer les étudiants des huit ateliers d'écriture spontanée qui leur seront proposés tout au long de l'année universitaire 2015-2016, en partenariat avec l'association des étudiants de lettres « Néon ».

PROCHAINS SEJOURS A MERINCHAL

Pour adultes :

du dimanche 27 au mercredi 30 décembre 2015

du vendredi 12 au lundi 15 février 2016

Pour tous les ateliers et les stages d'écriture spontanée.

Consultez le [Calendrier](#)

LES ATELIERS SE DÉPLACENT

Vous souhaitez qu'un Atelier d'écriture spontanée soit organisé dans votre ville ou votre région, contactez-nous au 06 78 58 06 91

contact@lesateliersdelaplume.fr
www.lesateliersdelaplume.fr



L'ÉVEIL PAR L'ACTIVITÉ CRÉATRICE