

janvier 2018

ACTUALITÉS

Provence



A Martigues

Un atelier d'écriture spontanée a eu lieu jeudi 7 décembre 2017 au Centre social Jacques Méli à Martigues.

*On exprime chacun quelque chose de différent et ça parle à chacun.
A l'heure actuelle, on n'est pas écouté et c'est très important d'être écouté.
C'est une grande richesse d'écrire.*

*Je me sens plus calme, plus apaisée.
Vous avez trouvé les mots pour me faire entrer dans cet espace.*

Jaïda



Noura

Je me sens un peu plus apaisée.

Annie

*Chaque fois que je pratique ce moment de détente,
je me sens très légère et j'ai envie de ne pas ouvrir les
yeux et de rester dans ce monde relaxant.
L'atelier m'a relaxée, détendue.*

Khadija

*L'atelier m'a fait sortir du quotidien, cela m'a fait un
peu oublier ma vie, c'est comme une bulle faite de
nuage dans laquelle on était toutes.
C'est dans ces moments qu'on a le temps de penser à soi.*

Sénia

*Je n'ai pas de mots, je découvre cela, je ne sais pas
l'exprimer.*

Nadia



Je repars de cet atelier avec de bonnes ondes.

En venant ici aujourd'hui, je savais que cet atelier allait beaucoup m'aider et qu'il allait m'apaiser. A la maison, on a beaucoup de choses à faire et on ne trouve pas de moment comme ça. Aussi, merci beaucoup à vous ainsi qu'à l'équipe du Centre Social.

Marie



J'ai énormément aimé cet atelier. J'ai pu mettre mes pensées sur le papier. Je me sens libre, plus légère, je ressors de cet atelier plus forte. J'adhère complètement, cela complète mon cheminement, c'est une pièce qui s'emboîte aux autres, je suis plus riche.

(...) Je suis très heureuse, un grand merci.

Loubna

Amitié – partage – tendresse – détente – que du bonheur !

Il m'en faudrait des heures !

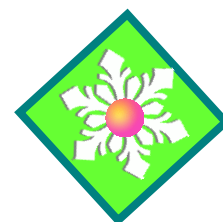
Une réelle sensation de bien-être, de partage et de bienveillance.

Des émotions qui ressourcent et qui donnent toujours plus de sens à mon métier.

Nicole

Elodie

Carole



Tout est calme et paisible. Je me sens sereine, c'est comme si j'ouvrais une fenêtre sur la réalité de la vie. Se poser, simplement goûter l'instant présent. Le silence s'impose de lui-même, il m'apporte le repos, c'est comme si le temps s'arrêtait.

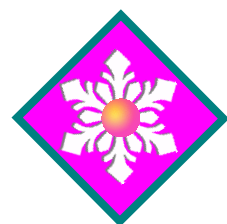
Agnès-Marie

A Gardanne

Six enfants ont participé à l'atelier « Les mots magiques », samedi 9 décembre 2017 à Gardanne.

J'ai adoré comme d'habitude, c'est toujours aussi calme, ça m'apporte la joie.

Anaïs (8 ans)



J'ai beaucoup aimé l'atelier, j'espère revenir bientôt ça m'a calmée, ça m'a mis du bonheur dans mon cœur. Je sais que c'est l'heure de rentrer chez moi mais je me suis exprimée devant vous, le calme m'a aidée à me calmer. C'était une joie de voir mon cœur qui battait dans mon corps.

Albane (7 ans)

J'ai aimé cet atelier parce que j'ai fait de beaux dessins. C'était la première fois que j'ai écrit.

Charlotte (7 ans)

Je me suis bien amusée dans l'atelier plume. Je me suis bien amusée parce que dans mon cœur j'avais plein de joie et cette joie est sortie de mon corps et c'est joyeux pour moi. Ça m'a fait plaisir de venir et ça me relaxe, depuis que je suis venue à l'atelier plume je me sens beaucoup mieux parce que avant j'étais excitée de venir ici. Aujourd'hui j'ai beaucoup aimé parce que j'avais beaucoup d'idées pour le dessin et pour écrire.

Elise (8 ans)



J'ai aimé cet atelier car il m'a détendue et je suis plus calme, je me sens mieux.

Valentine (9 ans)

Un bel atelier dans un cadre improvisé réussi. La joie et l'intériorisation étaient au rendez-vous, je suis heureuse de constater sur les enfants l'épanouissement qui en résulte.

Sophie (accompagnante)

Tous mes remerciements aux parents d'Anaïs qui nous ont reçus, la porte de la salle habituelle étant impossible à ouvrir !

Les ateliers de cette année se sont déroulés dans un lieu différent chaque mois, mais le silence dans les cœurs était toujours le même.

Monique (enseignante)



A Marseille



Un interview de l'animatrice, Alia, a été diffusé mercredi 6 décembre 2017 sur Radio Galère.



PROCHAINS ATELIERS D'ECRITURE SPONTANEE

A GARDANNE

Pour les enfants de 5 à 11 ans

samedi 13 janvier 2018

samedi 10 février 2018

A VENELLES

Pour les adultes

samedi 16 décembre 2017

samedi 20 janvier 2018

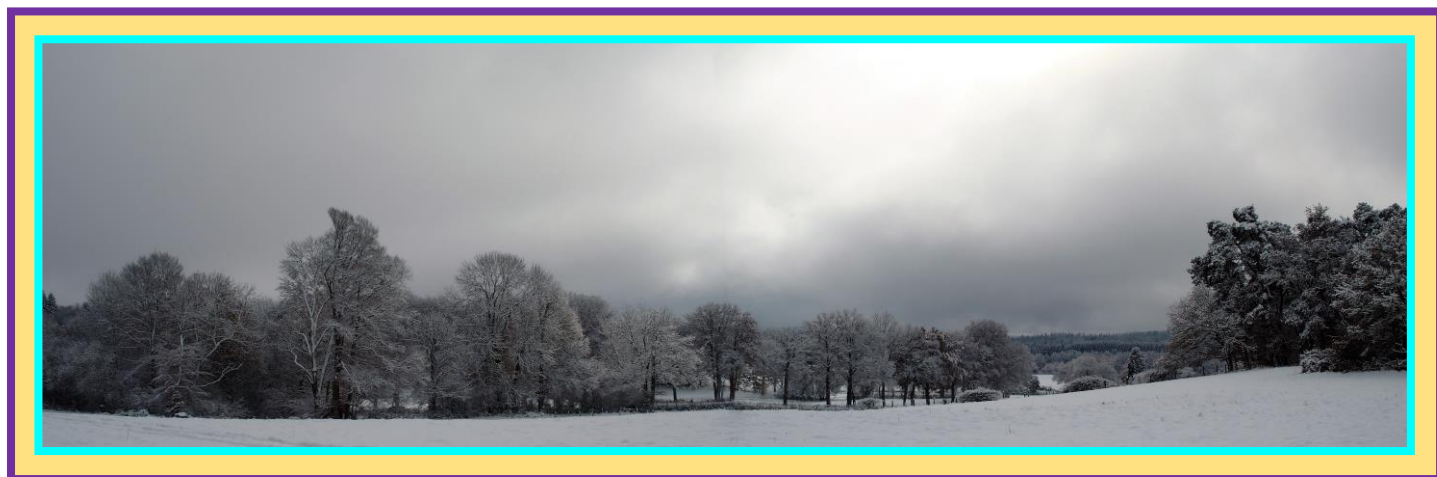
A MARTIGUES

Pour les adultes

lundi 15 janvier 2018

lundi 12 février 2018

Limousin-Auvergne



A Clermont-Ferrand

Trois ateliers d'écriture spontanée ont été proposés aux étudiants de l'Université Clermont Auvergne, mardi 21, mercredi 22 et jeudi 23 novembre 2017. Les participants ont beaucoup apprécié ces soirées, comme ils en ont témoigné.

Je vous remercie à nouveau pour cet atelier qui m'apprend à savoir écouter les autres, car mon manque de confiance en moi me rend maladroite. Un moment zen et sans soucis.

Charlotte

Je suis arrivé fatigué, je repars ressourcé. Écrire, écouter les textes des autres, m'a permis de m'extraire du quotidien, des soucis, et de m'oublier un peu. Je remercie pour votre accueil, pour ce moment d'échange, de partage et d'écoute. Bonne continuation à vous tous.

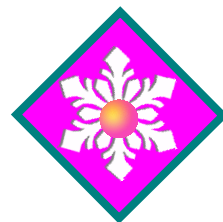
Alex

J'étais terrifiée, parce qu'écrire, c'est se livrer, et lire à d'autres ce que l'on a couché sur le papier, c'est partager une sorte d'intimité avec des inconnus. Mais au final, cette mise à nue, on y passe tous, et ce n'est pas si terrible. On a même l'impression de connaître les autres sans les connaître, de les reconnaître à travers le style de chacun. J'en sors l'esprit ouvert et le cœur léger.

Maureen

Je me remplis de la richesse de vos textes et les grave au fond de moi. Chaque atelier m'apporte beaucoup. J'aime ce partage et cette ambiance. Merci pour cela. C'est vraiment un très beau moment de partage et de connexion avec les autres et soi-même.

Manon



*En temps normal je n'arrive pas vraiment à exprimer mes idées à l'oral ou sur papier, je suis assez réservé. Lors de mon premier atelier avec vous j'avais du mal mais lors de ce second atelier j'ai senti que ça commençait à venir 😊 Comme pour hier, j'adore écouter ce que les autres ont à dire, j'adore la façon dont chacun dit les choses. Franchement, tout le monde a quelque chose de génial dans ses écrits : tellement je le pense, à la fin de chaque lecture j'ai envie d'applaudir. Bravo à tous !
MERCİ POUR CES MOMENTS !*

Romain

A Mérinchal

Un atelier d'écriture spontanée pour adultes s'est tenu dimanche 26 novembre 2017 après-midi.

Merci pour votre confiance, votre rapport aux choses. Merci pour ce jeu plein de vrai si proche de la vie.

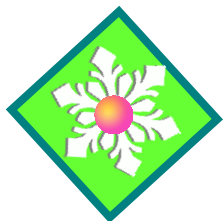
Lionel

Merci à vous tous pour vos partages, pour vos échos qui résonnent en moi, pour les réponses trouvées en chacun. Qu'il est bon de venir s'asseoir auprès de vous.

Quand on est rempli de tant de couleurs, d'amour et de beauté, qu'il est bon de repartir plein et léger à la fois !

De sentir cet élan, de se sentir accompagné, tenu par la main ; et de revenir tout bientôt.

Margaux



Extraordinaire, et pourtant simple. C'était magnifique de vous écouter, de nous sentir si proches, si complémentaires. De découvrir le monde à travers vos yeux, de découvrir vos mondes intérieurs. J'ai reçu une grande dose d'énergie de joie. Merci pour ce partage d'humanité.

Lucie

Les ateliers créatifs pour enfants – écriture spontanée et théâtre – se poursuivent chaque samedi après-midi, en partenariat avec le Théâtre Hélios.

PROCHAINS ATELIERS D'ECRITURE SPONTANEE A MERINCHAL

Pour les adultes

dimanche 25 février 2018 (10h-18h)

Pour les enfants de 7 à 14 ans

Stage d'écriture spontanée et de théâtre
jeudi 4 et vendredi 5 janvier 2018

PROCHAINS ATELIERS D'ECRITURE SPONTANEE A CLERMONT-FERRAND

Pour les étudiants

mardi 27 et mercredi 28 février 2018 (18h-20h30)

Pour tous les ateliers 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

