

janvier 2020

ACTUALITÉS

Provence



Martigues

Au centre social Jacques Méli, Alia a animé un atelier d'écriture spontanée le 4 décembre 2019. Les enfants ont pris plaisir à ce moment d'expression créative et ont goûté à l'atmosphère joyeuse et paisible.

J'ai pensé que cet atelier était bien, non, même trop bien ! Cet atelier m'a rapporté du calme, du silence.

Maëva (9 ans)

Cet atelier m'a apporté du bien-être, du silence, du calme, je me suis bien amusée.

Yasmine (8 ans)

J'ai aimé cet atelier, j'ai pu m'exprimer de plein de mots et j'ai compris le silence.

Naïla (10 ans)

Je me suis bien sentie en exprimant devant tout le monde les choses ce que j'avais dans la tête, et d'écouter le silence.

Sakina (10 ans)



Je me suis amusée et c'était bien ; aussi on m'a fait rire.

Oumou (7 ans)

Je me sens mieux et je peux encore mieux vivre, me sentir mieux.

Tarik (9 ans)

Je suis heureux parce qu'on apprend plein de choses.

Mammadou (9 ans)

Je suis bien dans cette salle et je suis libre !

Amir (9 ans)

Après chaque atelier avec Alia je me sens sereine, légère, libre, comme si tout le poids de mon corps avait disparu.

Nadia (une maman)



Samedi 7 décembre 2019, à « L'Entrepôt », un atelier en tout petit comité :

Libération.

Je sens le vent du large et le sel des embruns. Les voiles se tendent et la magie opère, j'avance sans effort.

Pascal

Lumière, tu es devenue un geyser si puissant que je m'enivre de cette belle expérience afin de pouvoir la partager au-delà de ces murs. Merci pour ce beau partage et ces expériences... Amusant et ludique.

Françoise



A Venelles

Atelier d'écriture spontanée du samedi 14 décembre, aux Logissons :

Cet atelier d'écriture a été une rencontre avec mon intimité, ce qui peut m'animer en profondeur, sans réelle conscience.



Il m'a offert à la fois un recentrage sur moi-même, tout en me distançant des aléas de ma vie.

L'écriture spontanée m'a permis d'écrire sans forme de mentalisation, sans conceptualiser, juste en laisser-faire.

Julie

Des sourires, des mots

Quelques phrases et chacun se révèle

A lui-même et aux autres.

C'est un jardin de couleurs, de sensations, de parfums

Chacune et chacun est une fleur

Qui s'appuyant sur la terre

Se dresse vers le ciel,

Se pare de lui-même et dit au monde

« J'existe, je suis cela ».

Joël

*Le partage des différentes sensibilités est toujours un émerveillement.
Sans se connaître, un fil se tisse entre les participants et on se sent bien dans cette toile.
La qualité du silence habité m'a installée dans une profonde paix.*

Muguette

*Cet atelier m'a permis pour la deuxième fois de pouvoir exprimer ce qui se passe en moi, mais aussi de tendre vers une énergie lumineuse et nourrissante grâce à l'accompagnement d'Alia.
Merci Alia.*

En fait cet atelier me permet de voir encore un peu plus clair en moi et surtout de vivre une expérience qui ancre en moi un bel espoir.

Le partage avec les autres est aussi un beau cadeau. Partage, bienveillance et humilité. Un grand merci à tous.

Pascale



PROCHAINS ATELIERS D'ECRITURE A VENELLES

Pour les adultes

Les Logissons (local de l'association) – 15h-18h

samedi 11 janvier 2020

L'Entrepôt – 10h45-12h45

samedi 18 janvier 2020



Limousin



A Mérinchal

Un bel atelier d'écriture spontanée a eu lieu dimanche 24 novembre 2019 à Mérinchal.

Une descente au plus profond de soi, rassurante, car les abysses sont lumineux, colorés et habités par la joie. Et des messages du cœur, en direct live, que je vais écouter !

Nathalie

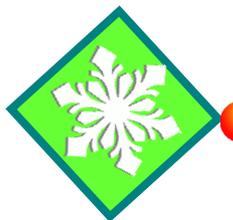
Découverte enrichissante. Apprentissage par l'action concrète. Consolidation de soi-même.

Rencontre avec d'autres personnes, écritures, expériences. Suivre ses intuitions.

Il existe des endroits où l'on peut oser. La joie de vivre, d'accueillir la vie telle qu'elle est.

Une étape de plus sur le chemin, constructive et lumineuse.

Nelly



PROCHAINS ATELIERS D'ECRITURE A MERINCHAL

Pour les adultes – 10h-13h

dimanche 23 février 2020



Auvergne



A Clermont-Ferrand

Voici les bilans des ateliers des 26 et 27 novembre 2019 qui ont accueilli de nombreux étudiants de l'Université Clermont Auvergne :



C'est l'occasion de se retrouver, d'être moins déboussolé. C'est savoir qu'on n'est pas si différents et que, derrière les masques, derrière ces sourires, existent dans les poitrines les mêmes incertitudes et faiblesses. Mais aussi beaucoup de courage. Celui de se mettre à nu, d'exposer sa vulnérabilité.

Ici parlent les cœurs, et écoutent les êtres. C'est un transfert d'âme.

Thierno

Les textes se répondent, émeuvent ou bouleversent.

Ils ont leur propre trame, leur propre sagesse. (...)

Eliot

En venant ici, je ne savais pas à quoi m'attendre. Moi qui avais l'habitude d'écrire seule dans ma chambre et de publier mes courtes histoires sous un pseudonyme, j'avais peur. Peur de laisser glisser mon stylo sur ces quelques pages. J'y ai finalement pris goût et ai surmonté cette paralysie. Le syndrome de la page blanche avait pris le dessus depuis quelques mois, je ne savais plus quoi raconter. Puis, j'ai de nouveau appris à me recentrer sur les idées ou émotions que je voulais retranscrire. Cette séance m'a été bénéfique et je tâcherai de me replonger dans cette atmosphère chaque fois que je me remettrai à nu sur le papier.

Eliane

Merci à tous pour ce moment de partage.

Aucun atelier ne ressemble à un autre.

J'ai toujours du mal à écrire une conclusion car qui dit conclusion, dit fin. Et pour moi, l'atelier ne s'arrête pas aujourd'hui à 20h30 car, inconsciemment ou consciemment, je repars toujours avec une nouvelle expérience qui perdure dans le temps ; car dans chacun de vos écrits, on peut retrouver une partie de nous-même, aussi infime soit-elle.

Angélique



PROCHAINS ATELIERS D'ECRITURE A CLERMONT-FERRAND

Pour les étudiants — 18h-20h30

Mercredi 19 février 2020

Jeudi 20 février 2020



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

