

ATELIER DECOUVERTE « JOURNAL CREATIF »

Vous êtes parent d'un enfant au moins, entre 0 et 11 ans et vous êtes intéressé(e) pour réfléchir à votre posture de parent ?

- Cet **atelier DECOUVERTE**, vous permettra de découvrir, dans un premier temps, l'outil **Journal Créatif** :

Le journal créatif est un cahier qui peut rappeler le journal intime, mais qui est enrichi par de l'écriture créative, du dessin spontané et du collage, le tout mixé avec des techniques créatives et un aspect ludique.

Absolument aucune aptitude et/ou expérience créative, artistique ou littéraire n'est requise. Le résultat, même si c'est toujours plus agréable qu'il nous plaise, n'est pas le plus important. **L'objectif est axé sur le processus, sur le chemin...**Ce n'est ni un journal d'artiste, ni un Bullet journal, ni du scrapbooking. Chacun est libre de s'y exprimer comme il le souhaite, l'important étant juste d'oser.

- Au terme de cet atelier, il vous sera proposé, si vous le souhaitez, de vous inscrire au parcours
« MOI PARENT, où en suis-je dans ma parentalité ? »

Ce parcours sur la parentalité va vous inviter à réfléchir, à explorer votre posture de parent, vos valeurs ainsi qu'à prendre du recul sur votre chemin parental, à accompagner vos émotions pour mieux percevoir celles de vos enfants et à retrouver et/ou stimuler votre créativité au service de votre rôle de parent (entre autre !).

Lors des ateliers, chaque participant a son cahier « journal créatif » personnel. Des propositions d'exercices progressifs en lien avec le thème du jour ponctuent ce temps privilégié. A la fin, un temps de partage est proposé mais reste libre.

Ce parcours s'adresse aux parents, ayant au moins un enfant entre 0 et 11 ans, qui ont envie de réfléchir sur leur posture de parent, de réfléchir à leurs valeurs.

Ce parcours consiste en 10 ateliers de 2h30 chacun

Pour plus d'info, n'hésitez pas à visiter le site de Céline Poiron:

<https://journal-creatif.jimdo.com/>

ou contacter Chrystèle HUTEAU, coordinatrice petite enfance, au 02 41 49 06 49 ou petiteenfance.indigo@gmail.com