

L'association Les Arpenteurs présente

L'Art de se Révéler

Workshop JE DEVELOPPE MA CREATIVITE
par Pascal Ken



3 sessions
pour se réapproprié
sa créativité

Haïkus
Qi-Gong
Nuages de mots
Signature Calligraphique
Collage Géographie Intérieure

© 2017 artwork pascal ken

Programme workshop créativité Ouvert aux jeunes adultes et aux adultes, l'objectif de cet atelier est de se développer sa créativité en 3 sessions au travers d'un parcours innovant axé sur l'expérience sensorielle.

Pourquoi la créativité " La créativité c'est inventer, expérimenter, grandir, prendre des risques, briser les règles, faire des erreurs et s'amuser. " – Mary Lou Cook
" Un adulte créatif est un enfant qui a survécu " – Ursula K. Le Guin

La créativité est une des aptitudes à laquelle nous avons tous goûté pendant l'enfance, chemin faisant, nous nous en sommes éloigné. Celle-ci permet de nous re-connecter à notre énergie vitale, nous ressourcer, nous ré-energiser, nous ancrer. Par ailleurs elle favorise la réduction du stress.

Session 1

Support de travail : Carnet accordéon.
Présentation des participants et échange autour des attentes de chacun.
Déconstruire les idées reçues. « je ne suis pas créatifs », peur de l'échec...
Identifier nos freins.

SEANCE QI-GONG > Re-connection à son énergie vitale.

ATELIER SIGNATURE CALLIGRAPHIQUE > technique inspirée par l'Action Painting et la Calligraphie traditionnelle chinoise. L'objectif est matérialiser sur le papier avec un pinceau et de l'encre de chine, son énergie, à un instant T .

ATELIER COLLAGE GEOGRAPHIE INTERIEURE > Technique de collage. Composition d'une œuvre à partir d'éléments graphiques, afin de préciser nos centres d'intérêts et tout ce qui peut être essentiel à nos yeux.

ATELIER DEGUSTATION THE / ECRITURE HAÏKU A partir de la dégustation d'un thé choisi, écrire un Haïku (cours poèmes japonais inspirés par notre environnement et l'instant présent).

Animation > [Pascal Ken](#) Guide artistique & artiste voyageur.

Nombre de participants > 10 personnes par session maxi.

Tarif > Adhésion annuelle 15€ + 70€ par session (carnet accordéon inclus)

Inscription > <http://www.lesarpenteurs-artlink.com/workshop-creativite>