

---

ENEZ DÉCOUVRIR  
**les ateliers de  
journal créatif**

---

ATELIER ADULTE  
ATELIER PARENT-ENFANT  
ATELIER ADO

Par Véronique Soulard, animatrice en journal créatif  
[www.veronique-soulard.fr](http://www.veronique-soulard.fr)  
aux Ateliers Mû, 37 rue St Jean, 79000 Niort

## Le journal créatif

est un outil d'exploration de soi qui allie avec originalité le monde de l'écriture, du dessin et du collage.

Le travail se fait dans un journal personnel.

Une invitation à ouvrir toutes grandes les portes de sa créativité. Cette approche vise l'épanouissement général de la personne. Une façon de se reconnecter avec sa vie intérieure et de prendre de meilleures décisions, plus fidèles à soi-même. Cette méthode s'appuie sur des notions de psychologie, d'art-thérapie et de créativité.

C'est un outil concret, accessible, et il n'est pas nécessaire d'être doué en art ou en écriture pour en profiter pleinement.

## Atelier adulte dimanche 5 mai, 10h- 13h

un temps pour se poser, se connecter à soi et laisser jaillir sa créativité autour de "qu'est-ce qui se dit en moi ?"

## Atelier parent-enfant (6- 11 ans) dimanche 26 mai, 15h-17h

Une invitation à partager un moment de complicité adulte-enfant(s) (avec un grand-parent, un ami de la famille, un oncle ou une tante...).

Se retrouver grands et petits autour de la table remplie de crayons pour s'exprimer dans l'espace de liberté du journal créatif.

Se raconter ses vies, dessiner ses joies et ses colères, inventer ses rêves...

## Atelier parent-ado (12-16 ans) dimanche 23 juin, 15h-17h

Pour les ados seuls ou accompagnés d'un adulte de leur choix.  
Vivre un temps côte à côte, chacun dans l'intimité de son journal.

aux Ateliers Mû, 37 rue St Jean  
79000 Niort

Inscription  
Véronique Soulard 07 50 27 28 93  
thérapeute Vittoz,  
psychodramatiste,  
animatrice en journal créatif  
[www.veronique-soulard.fr](http://www.veronique-soulard.fr)

atelier adulte : 35€  
atelier parent-enfant : 30€ pour 2 personnes, 35€ pour 3 personnes  
atelier parent-ado : 30€ pour 2 personnes, 20€ pour l'ado seul

Tarifs modulables, en fonction de chacun  
tarif mini à partir de 20€,  
tarif solidaire de 35 à 50€