

Carnet de deuil avec le journal créatif

Le deuil est un chemin, il se traverse en se remettant en mouvement, doucement, pas après pas, étape par étape.

Le Carnet de deuil© permet d'accomplir le rite de passage que nécessite le deuil. Exprimer, explorer, vivre le deuil en profondeur grâce à la mobilisation de nos images intérieures et la création de pages artistiques symboliques permet une libération, une intégration, tout en honorant la valeur sacrée que peut représenter la perte.

Les différentes phases du deuil sont explorées selon le processus de Nathalie Hanot avec les outils du Journal Créatif® et des techniques de carnet d'artistes.



L'objectif de l'atelier est de mettre en mot, en image, en forme, le vécu du deuil et d'installer page après page de la sérénité et de la paix en soi. Le carnet devient un véritable livre objet, contenant artistique du travail psychique réalisé.

Ce Carnet s'adresse aux personnes vivant une situation de deuil. Il propose ;

- d'accepter la réalité du deuil
- de vivre/exprimer la douleur du deuil et la transcender dans un travail artistique d'écriture, de collage, de peinture dans un carnet
- de créer un livre objet, symbole du sacré du deuil et du chemin traversé

Toute perte est douloureuse. Le deuil d'un être aimé est particulièrement difficile à vivre, mais la brisure du divorce, la fin d'une relation intime, l'éloignement de ceux qu'on aime, la perte de son emploi, d'aspects de soi-même lors de maladie ou d'accidents, la perte des possessions, des buts, des projets, d'idéal, toutes ces pertes appellent à un cheminement, nommé processus de deuil, qui peut être vécu symboliquement dans le carnet de deuil.

Tous les participants sont guidés par des consignes claires et contenantes. Aucune prédisposition artistique n'est nécessaire.

Coût : 160 euros les 2 jours ou 4 demi-journées.

Groupes de 4 à 8 participants.

Par zoom, avec alternance de temps sur écran et de longs temps de création personnels.

Soit les 1^{er} et 2 mai, 9h-12h30 et 14h30-18h.

Soit les 17-18-19-20 juin de 9h à 12h 30.

Véronique Soulard, 07 50 27 28 93, contact@veronique-soulard.fr
<https://www.veronique-soulard.fr/>