

ÉCRIE POUR TOI

Atelier d'écriture



Objectif

**Et si vous pouviez enfin tout dire ?
Crier sans déranger les voisins.**

À un amour perdu, à votre enfant intérieur, à une star ou même à la vie elle-même ? L'important c'est d'écrire une lettre.

Libre à vous de la garder secrète, de l'envelopper de couleurs vives comme un cadeau ou de l'envoyer à son.a destinataire. Ici les mots n'ont aucune limite. Comme le souligne si bien Anaïs

Nin

“Nous n'écrivons pas pour être lus, mais pour nous entendre nous-même”

Qui suis-je ?

Je me nomme Ifran Vaiani, écrivaine et animatrice d'ateliers d'écriture. J'ai autoédité mon roman *Famille d'Accueil*, le premier et non le dernier. J'ai créé mon entreprise dans le seul but de partager mon amour pour l'écriture et ainsi permettre aux autres de s'exprimer au travers des mots.

Prêter ma plume à celles et ceux qu'on n'écoute pas et qui ont pourtant beaucoup à dire, ou encore partager mon expérience et mon imaginaire à la prochaine génération.

À quel public s'adresse Écris pour toi ?

Tout public (adulte, enfant, famille, meilleur.e ami.e, amoureux.ses, collègues, etc...)

Séminaires/journées “bien-être au travail”

Comment se déroule un atelier d'écriture ?

Une session suffit pour s'exprimer à travers une lettre. L'expérience peut être renouvelée à l'infini. *Écris pour toi* est un atelier introspectif qui utilise l'écriture comme tribune libre. Il se découpe en trois grandes parties :

1- Choisir le.a destinataire de la lettre

2- Rédaction de la lettre

3- Décoration de la lettre

Le détail complet des sessions se trouve en annexe

Une session de travail est estimée à 2 heures pour maximum 15 personnes. Il est possible de répartir et multiplier les sessions sur plusieurs jours, semaines ou mois.

Pour que l'atelier se déroule dans les meilleures conditions, je conseille de respecter la jauge maximum de 15 personnes.

On en discute ?

Je serai ravie de vous rencontrer en amont afin de discuter du protocole ou encore si vous souhaitez obtenir des informations complémentaires. Nous pouvons également faire les premiers pas par téléphone ou par mail.

Tél : 06 18 49 84 68

Mail : laplumedifran@gmail.com

C'est avec plaisir que je répondrais !
Et dès que toutes les conditions sont réunies, je vous envoie un devis **sous une semaine.**

Merci de l'attention que vous porterez à ce document et à notre prochaine rencontre



Ifran VAIANI

Annexe détaillée

Écris pour toi

Session : Une lettre pour s'apaiser et dans la lumière s'élever

- Présentation de la plume d'Ifran et de l'objectif de l'atelier.
- Description de l'atelier.
- Définir le.a destinataire de la lettre, et de quoi elle va parler.
- Rédaction de la lettre au brouillon.
- Rédaction de la lettre au propre en choisissant des feuilles de couleurs, des stylos et feutres pour embellir la rédaction.
- Temps pour lire les productions (*facultatif*)
- Choisir entre différentes enveloppes.
- Conclusion.

Synthèse :

- Faire une introspection dans un environnement bienveillant.
- Créer un héritage.
- S'approprier son histoire.

Objectif :

- Libérer la parole.
- Démocratiser l'écriture sans pression.
- Explorer l'écriture comme outils de connexion.
- Créer un espace d'échange, de bienveillance.
- S'ouvrir au monde de l'écriture.
- Offrir un exutoire créatif et thérapeutique.
- Créer un objet symbolique et personnel.

Matériel :

- Feuille blanche/brouillon
- Feuille cartonnée de couleurs/blanche
- Stylos
- Tableau et feutre
- Dictionnaire (1 pour 2 ou 1 pour 4)
- Table et chaise

Mon propre matériel :

- Kit de cachet cire
- Enveloppe de couleurs
- Feutres de couleurs différentes
- Stylos de couleurs différentes