



FORMATIONS & ATELIERS

Année 2021-2022 – Virginie Serrière

Les formations et ateliers proposés par *Tout-l'Or-des-Mots* font l'objet d'un financement personnel. Pour une prise en charge employeur, les formations sont proposées par l'intermédiaire du centre ACQUIFORMATIONS.

Les formations et ateliers se déroulent en présentiel et en ligne. J'interviens dans le sud-ouest, en pays de la Loire, en région centre, en Bretagne et dans le sud-est.

N'hésitez pas à me contacter

N° SIRET 40951494000066

« Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro

75240222424 auprès du préfet de région Nouvelle-Aquitaine»

FORMATIONS

1. ARTHERAPIE : SOIGNER ET ACCOMPAGNER AVEC L'ECRITURE

Tous ceux qui écrivent le savent déjà : écrire fait du bien. Et c'est pourquoi l'écriture est utilisée en art-thérapie non seulement pour soigner les troubles psychologiques (gestion des émotions, dépression, stress...) mais de nombreuses études reconnaissent également aujourd'hui les vertus de l'écriture sur le corps (immunité, asthme, arthrite, système cardio-vasculaire, antalgique...). Se former à l'animation d'ateliers d'écriture, c'est permettre un accompagnement ludique, créatif, bénéfique et accessible à toute personne. Par le mouvement et la construction d'un récit, par la magie des mots, le corps et la psyché se remettent en vie, se nourrissent de confiance et de bien-être.

OBJECTIFS

- ✍ Comprendre la dimension art-thérapeutique de l'écriture dans le domaine médico-social, éducatif et personnel
- ✍ Acquérir les bases nécessaires à la création et à l'animation d'un atelier écriture en institution ou / et au chevet, en individuel et en collectif
- ✍ Acquérir les bases nécessaires à la réalisation de soins d'écriture
- ✍ Favoriser la confiance en soi et le désir d'écrire
- ✍ Elaborer un projet d'animation d'atelier d'écriture

LE PLUS DE LA FORMATION

Une formatrice expérimentée dans les domaines de l'écriture et de l'accompagnement. Virginie Serrière est titulaire d'un Master de littérature et langue étrangère, elle est également certifiée en pratiques narratives et diplômée en thérapie narrative. Des formations de pratiques et recherches autour des ateliers d'écriture et ses 20 ans d'expérience de création et d'animation d'ateliers tant en institutions que dans le privé vous apporteront de précieux conseils et des approches adaptées à votre profession ou au contexte qui vous concerne.

Des situations cliniques, des apports théoriques, des pratiques d'écriture (en individuel, en groupe, en animation ou en situation « d'écrivant ») et des analyses de pratiques professionnelles.

PREREQUIS / PUBLIC VISE

Cette formation est ouverte à toute personne motivée à apprendre :

- Aux professionnels du bien-être et de la santé qui désirent acquérir un outil complémentaire ;
- Aux professionnels du travail social, aux personnels éducatifs, psychologues, professionnels dans la relation d'aide, thérapeutes et enseignants qui désirent acquérir un outil complémentaire
- Aux particuliers en reconversion professionnelle dans le domaine de la santé et du bien-être ;
- Aux particuliers pour une utilisation familiale ou en démarche personnelle.

METHODOLOGIE ET MOYENS TECHNIQUES

Présentation et vidéos sur écran

Support de cours papier

Fiches techniques de propositions d'écriture

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exposés théoriques avec projection sur écran.

Ateliers d'écriture expérimentaux

Vidéos pédagogiques

Ateliers pratiques : simulation d'animation d'atelier

EVALUATION / OBTENTION DU CERTIFICAT D'ANIMATEUR D'ATELIER D'ECRITURE

L'animation d'atelier d'écriture n'est aujourd'hui pas reconnue officiellement comme une discipline thérapeutique.

Un Certificat de formation est délivré et atteste de l'implication et des acquis de formation

Il est délivré à l'issue d'une présence assidue et d'une épreuve finale permettant d'évaluer le plus justement possible les compétences que vous aurez acquises.

- Création et animation d'un atelier d'écriture à l'issue de la formation, au sein du groupe ;
- Trame d'un projet d'atelier d'écriture sous forme d'un mémoire synthétique de 12 pages

RYTHME DE LA FORMATION

La formation comporte 3 modules de 2 jours soit 6 jours de formation, soit 42 heures

Nous proposons deux cursus chaque année de septembre à juin les samedi/dimanche ou lundi, en présentiel et/ou en ligne

TARIF DE LA FORMATION

Coût total de la formation : 600 €

Vous bénéficiez d'une remise de 5% sur l'ensemble de la formation si vous êtes étudiant ou demandeur d'emploi (joindre le justificatif).

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 300€ d'acompte, puis le solde au premier jour de 300€
- Règlement en 5 fois sans frais : 100€ d'acompte, puis 5 mensualités de 100€

- soit par virement bancaire : RIB envoyé

- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

Il est possible d'échelonner le paiement, mais les chèques devront être tous remis au 1er jour de formation.

FINANCEMENTS AU TITRE DE LA FORMATION CONTINUE OU RECONVERSION

Tout-l'Or-des-Mots n'est pas référencé au DATADOCK ni enregistré au RNCP. Le financement est donc personnel.

Pour être éligible à différents financements, les formations peuvent être proposées par l'intermédiaire du centre de formation ACQUIFORMATIONS dans lequel j'interviens. Pour cela, contactez-moi, je vous indiquerai les modalités

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

1. ACCOMPAGNER AVEC L'ARBRE DE VIE : ETRE AUTEUR ET ACTEUR DE SA VIE

L'Arbre de vie est un médiateur psycho-social issu des pratiques narratives. Ces dernières, arrivées d'Australie dans les années 2000, partent du principe que les histoires que nous nous racontons, que l'on raconte sur nous ou que notre culture raconte façonnent notre vie et notre identité. L'Arbre représente symboliquement notre chemin de vie, nos décisions et leurs conséquences. Il met en lumière nos qualités, nos atouts, nos croyances, les événements de notre vie qui jalonnent notre parcours personnel ou professionnel. L'Arbre de Vie est un outil de développement personnel et d'accompagnement individuel et collectif. Il est fondé sur la métaphore de l'Arbre et permet de faire émerger les compétences et les ressources de chacun, de les nourrir et de leur permettre de s'épanouir. Il crée du lien et remobilise le sens que nous donnons à notre parcours de vie.

OBJECTIFS

- Professionnel : Accompagner avec l'Arbre de Vie

Permettre aux participants de découvrir, de maîtriser et d'utiliser l'Arbre de Vie comme outil pédagogique, dans le cadre d'accompagnements individuels et/ou collectifs

- Personnel : Mieux se connaître pour se sentir en accord avec soi-même

Donner du sens à son parcours de vie personnel et/ou à son parcours professionnel et/ou scolaire

LE PLUS DE LA FORMATION

Une formatrice expérimentée dans le domaine de l'accompagnement thérapeutique, de la reconversion et de l'orientation. Virginie Serrière est praticienne narrative, également diplômée en thérapie narrative et formée à l'Arbre de Vie par Dina Scherrer, praticienne narrative, coach et auteure de l'Arbre de Vie. Des années d'expérience avec des publics variés vous apporteront la connaissance et la pratique d'un médiateur simple et efficace. Cette formation vous apportera également un regard neuf non seulement sur l'accompagnement des personnes mais aussi sur votre propre parcours professionnel et/ou de vie.

Des situations cliniques, des apports théoriques, la réalisation de son Arbre de Vie et des analyses de pratiques professionnelles.

PREREQUIS / PUBLIC VISE

Cette formation est ouverte à toute personne motivée à apprendre :

- Aux professionnels du bien-être et de la santé qui désirent acquérir un outil complémentaire ;
- Aux professionnels du travail social, aux personnels éducatifs, psychologues, professionnels dans la relation d'aide, thérapeutes et enseignants qui désirent acquérir un outil complémentaire
- Aux particuliers en reconversion professionnelle dans le domaine de la santé et du bien-être ;
- Aux particuliers pour une utilisation familiale ou en démarche personnelle.

METHODOLOGIE ET MOYENS TECHNIQUES

Présentation et vidéos sur écran

Support de cours papier

Démarche créative et ludique

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exposés théoriques avec projection sur écran

Ateliers pratiques : réalisation de son Arbre de Vie et conversation narrative

Echanges interactifs

EVALUATION / OBTENTION DU CERTIFICAT D'ANIMATEUR D'ATELIER D'ÉCRITURE

L'animation d'atelier d'écriture n'est aujourd'hui pas reconnue officiellement comme une discipline thérapeutique.

Un Certificat de formation est délivré et atteste de l'implication et des acquis de formation

Il est délivré à l'issue d'une présence assidue et d'une épreuve finale permettant d'évaluer le plus justement possible les compétences que vous aurez acquises.

- Contrôle continu permettant de valider les compétences acquises tout au long de la formation ;
- Mise en pratique d'une conversation narrative autour de l'Arbre ;
- Le bilan personnel et/ou professionnel de l'Arbre de Vie sous forme d'un écrit ;

RYTHME DE LA FORMATION

La formation comporte 1 module de 2 jours de formation, soit 14 heures

Nous proposons quatre cursus chaque année de septembre à juin, en présentiel et/ou en ligne

TARIF DE LA FORMATION

Coût total de la formation : 200 €

Vous bénéficiez d'une remise de 5% sur l'ensemble de la formation si vous êtes étudiant ou demandeur d'emploi (joindre le justificatif).

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 200 €
- Règlement en 2 fois sans frais : 100€ d'acompte, puis 1 mensualité de 100€
- soit par virement bancaire : RIB envoyé
- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

FINANCEMENTS AU TITRE DE LA FORMATION CONTINUE OU RECONVERSION

Tout-l'Or-des-Mots n'est pas référencé au DATADOCK ni enregistré au RNCP. Le financement est donc personnel.

Pour être éligible à différents financements, les formations peuvent être proposées par l'intermédiaire du centre de formation ACQUIFORMATIONS dans lequel j'interviens. Pour cela, contactez-moi, je vous indiquerai les modalités

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

2. ACCOMPAGNER LES PUBLICS AVEC L'AUTO HYPNOSE

Objectif général de la formation

Mobiliser des savoirs spécialisés, concevoir, développer et mettre en œuvre des dispositifs individuels et collectifs d'accompagnement et d'éducation en autohypnose

Objectif de la formation :

- Découvrir et pratiquer l'auto hypnose
- Utiliser de nombreuses inductions
- Transmettre l'autohypnose aux patients, aux personnes, pour une autogestion
- Être capable d'éduquer à la pratique de l'autohypnose dans différentes indications

Profils des apprenants :

- Professionnels ou étudiants de la relation d'aide, de l'accompagnement, de la psychologie, de la santé ou du secteur social
- Personne en démarche de développement personnel
- Pré requis : Aucun

Les points forts de la formation :

Activités personnalisables et guidances audios

Programme de renforcement : un défi par semaine pendant 7 semaines

Contenu de la formation :

Développer sa connaissance de l'hypnose

- Découvrir l'histoire de l'hypnose
- Repérer les questions fréquentes relatives à l'hypnose
- Distinguer le conscient et l'inconscient
- Définir l'auto hypnose
- Concevoir la modification de souvenirs désagréables
- Modifier les attitudes et pensées négatives
- Améliorer l'image de soi
- Distinguer l'état modifié de conscience
- Découvrir l'autohypnose avec une hypnose guidée

Construire une séance d'autohypnose

- Définir les étapes de l'auto hypnose
- Pratiquer les techniques d'auto induction
- Utiliser les fusibles
- Appliquer les ancrages
- Utiliser le VAKOG
- Concevoir les suggestions post-hypnotiques
- Reconnaître la sortie de l'état hypnotique
- Réaliser les suggestions

Pratiquer différentes compétences

- Créer du confort avec le lieu agréable
- Retrouver la sécurité, la stabilité intérieure avec le lieu sûr
- Créer un ancrage pour une réactivation rapide
- Amplifier la transe et apaiser le corps par la respiration
- Découvrir la lévitation
- Appréhender les douleurs aiguës et chroniques avec la réification
- Construire aujourd'hui l'action de demain avec le travail d'anticipation
- Etre à l'écoute avec l'enveloppe de protection

Eduquer à la pratique de l'autohypnose

- Expliquer la programmation du subconscient
- Analyser les besoins de la personne
- Développer de nouveaux savoirs avec la pratique d'autohypnose
- Déterminer un objectif
- Bâtir un protocole d'autohypnose
- Favoriser l'écoute de soi et la confiance en soi
- Proposer des solutions adaptées ou innovantes en respect de la personne et de sa situation

Résultat attendu de la formation :

- Une évaluation formative est réalisée par l'intervenant tout au long de la formation afin de mesurer les acquisitions et les progressions des participants.
- Un plan d'action individuel sera formalisé en fin de formation afin de s'adapter à chaque situation concernant chaque participant
- Un programme de renforcement est proposé : Un défi par semaine pendant 4 semaines
- Un Certificat de formation est délivré et atteste de l'implication et des acquis de formation
- Il est délivré à l'issue d'une présence assidue et d'une épreuve finale permettant d'évaluer le plus justement possible les compétences que vous aurez acquises.

Modalités pédagogiques

- Échange interactif à partir du vécu des participants
- Apports méthodologiques
- Exercices pratiques
- Analyse de pratique
- Support de cours formation « Accompagner les publics avec l'autohypnose »
- Guidances audios
- Suivi personnalisé

Nombre d'heure : 21

Nombre de jour : 3

Coût : 290 €

Lieu de formation : En présentiel et/ou en ligne

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 290 €
 - Règlement en 2 fois sans frais : 100€ d'acompte, puis 1 mensualité de 190€
- soit par virement bancaire : RIB envoyé
- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

FINANCEMENTS AU TITRE DE LA FORMATION CONTINUE OU RECONVERSION

Tout-l'Or-des-Mots n'est pas référencé au DATADOCK ni enregistré au RNCP. Le financement est donc personnel.

Pour être éligible à différents financements, les formations peuvent être proposées par l'intermédiaire du centre de formation ACQUIFORMATIONS dans lequel j'interviens. Pour cela, contactez-moi, je vous indiquerai les modalités

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

3. REALISER ET CONDUIRE UN ATELIER D'ECRITURE CREATIVE

Objectif général de la formation

Acquérir les bases nécessaires à la création et à l'animation d'un atelier écriture en institution

Objectif de la formation :

- Animer des groupes dans des contextes et avec des publics variés
- Développer la capacité d'analyse dans la conduite d'un atelier
- Concevoir des propositions d'écriture en suivant une progression

- Enrichir les ressources nécessaires à l'animation d'ateliers
- Développer des compétences relationnelles
- Développer la créativité
- Faciliter l'expression, les aspirations et potentialités des personnes

Profils des apprenants :

- Professionnels du soin, de la relation d'aide, du psycho-social
- Toute personne désireuse d'animer des ateliers, à partir d'une expérience personnelle d'écriture
- Toute personne ayant déjà une expérience d'animation d'atelier et souhaitant approfondir cette pratique et la valider

Pré requis :

- Maîtrise de la langue française
- Culture littéraire
- Expérience d'écriture personnelle même débutante

Les points forts de la formation :

La formation met l'accent à la fois sur les protocoles d'intervention et sur l'encadrement des retours du groupe à l'occasion des textes produits. Elle alterne apports théoriques et mises en situation.

Contenu de la formation :

Connaître l'approche théorique de l'atelier d'écriture

- Expliquer l'historique des ateliers en France et à l'étranger
- Identifier les processus d'écriture
- Repérer la pédagogie d'un atelier d'écriture : espace, temps, organisation d'un atelier, fonctions de l'animateur
- Appréhender les enjeux d'un atelier d'écriture : littéraires, thérapeutiques, artistiques...
- Reconnaître la place de la voix et de la lecture en atelier d'écriture

Participer à un atelier d'écriture

- Mettre en pratique diverses propositions d'atelier
- Distinguer les différentes étapes du déroulement d'une séance
- Apprécier la posture de l'intervenant
- Repérer les points de vigilance durant l'animation

Concevoir un projet global d'atelier d'écriture

- Nommer les objectifs et intentions
- Distinguer les attentes et propositions en fonction des contextes

- Identifier les potentialités des personnes et leurs parcours de vie
- Accueillir l'identité et la singularité des personnes
- Favoriser l'expression

Construire une séance d'atelier d'écriture

- Organiser les différentes étapes d'une séance
- Rédiger un ou plusieurs consignes
- Expliquer sa demande auprès d'un public
- Définir le temps de parole et la valorisation des écrits
- Conclure sa proposition

Conduire un atelier d'écriture

- Etre accueillant et à l'écoute dans sa posture d'animateur
- Etre créatif et flexible dans le déroulement d'un atelier
- Définir ses choix et installer la confiance
- Utiliser la communication verbale et non verbale
- Analyser sa pratique
- Développer sa motivation et sa créativité

Résultat attendu de la formation :

Une évaluation formative est réalisée par l'intervenant tout au long de la formation afin de mesurer les acquis et la progression des participants.

Des mises en situation permettent aux participants d'expérimenter et d'analyser leur pratique. A l'issue de la formation, des animations d'ateliers sont programmées avec un retour personnalisé.

Un Certificat de formation est délivré et atteste de l'implication et des acquis de formation.

Il est délivré à l'issue d'une présence assidue et d'une épreuve finale permettant d'évaluer le plus justement possible les compétences que vous aurez acquises.

Modalités pédagogiques

- Échange interactif à partir du vécu des participants
- Apports méthodologiques
- Exercices pratiques et mises en situation
- Support de cours formation à l'animation d'un atelier d'écriture
- Suivi personnalisé

Nombre d'heure : 14

Nombre de jour : 2

Coût : 200 €

Lieu de formation : En présentiel et/ou en ligne

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 200 €
- Règlement en 2 fois sans frais : 100€ d'acompte, puis 1 mensualité de 100€
- soit par virement bancaire : RIB envoyé
- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

FINANCEMENTS AU TITRE DE LA FORMATION CONTINUE OU RECONVERSION

Tout-l'Or-des-Mots n'est pas référencé au DATADOCK ni enregistré au RNCP. Le financement est donc personnel.

Pour être éligible à différents financements, les formations peuvent être proposées par l'intermédiaire du centre de formation ACQUIFORMATIONS dans lequel j'interviens. Pour cela, contactez-moi, je vous indiquerai les modalités

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

ATELIERS

1. SOYEZ LE HEROS DE VOTRE VIE

Envie de changement ? Besoin de trouver sa place, de se sentir en cohérence avec sa vie ? De traverser ses peurs et découvrir qui l'on est ? Cet atelier vous propose un voyage initiatique vers cette partie de vous qui semble vouloir s'exprimer, modifier le rythme de vie, sortir d'habitudes familières qui ne satisfont plus ou devenues inconfortables. Alors devenez le héros de votre vie.

OBJECTIFS :

- / Permettre un temps pour soi
- / Initier un changement vers un mieux-être
- / Favoriser la connaissance de soi
- / Développer sa créativité
- / Développer la confiance en soi
- / Permettre un bilan de vie
- / Faciliter un projet / une intention/ une orientation /une reconversion

PUBLIC VISE :

- Aux particuliers adultes dans un projet, une reconversion
- Aux particuliers adultes et adolescents dans une démarche personnelle et/ou scolaire
- Aux professionnels du bien-être et de la santé, aux thérapeutes qui désirent acquérir un outil complémentaire ;

PRESENTATION DU CONSULTANT :

Virginie Serrière, Praticienne Narrative, expérimentée dans l'accompagnement. Certifiée en pratiques narratives, diplômée en thérapie narrative, formée en hypnose Ericksonienne mais aussi aux pratiques et recherches en ateliers d'écriture, biographe, Virginie vous accompagnera avec douceur et bienveillance dans ce voyage initiatique.

METHODOLOGIE ET MOYENS TECHNIQUES :

Présentation et vidéos sur écran

Support étapes du voyage initiatique papier et numérique

Initiation à l'autohypnose

Techniques méditatives

Conversations narratives

PROGRAMME :

Atelier 1 :

- / Accueil et présentation du stage
- / La rencontre : cette histoire dont vous êtes le héros
- / Je regarde d'où je viens pour savoir où je vais
- / J'ai une bonne image de moi
- / J'ose sortir de ma zone de confort
- / Je décide d'expérimenter...
- / J'écris

- / Je prends conscience des rêves et des signes
- / Une rencontre, un messenger
- / Un vœu
- / Une intention
- / Ecriture méditative

Atelier 2 :

- / Le héros face à ses peurs
- / Guide et conseiller
- / La formule magique
- / L'objet de la quête et le temps d'écriture
- / Le héros vit son présent
- / Être soi-m 'aime
- / Alchimie des émotions
- / Je me protège
- / Je remercie et j'écris

Atelier 3 :

- / Les valeurs du héros
- / L'écoute du corps (techniques de respiration et de relâchement)
- / Je dis oui à la vie
- / Je me relie aux forces de la terre et du ciel et j'écris
- / Je mets au jour mon projet
- / Ecriture et partage
- / Clôture de l'atelier avec des mots cadeaux

NOMBRE D'ATELIERS :

3 ateliers de 3 heures, soit 9 h

Deux sessions proposées dans l'année de septembre à juillet

TARIF DE LA FORMATION

Coût total de la formation : 70 €

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 70€
- soit par virement bancaire : RIB envoyé
- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

LIEU : A venir

2. REALISER SON CARNET DE VIE

Les histoires que nous nous racontons ou les histoires que l'on raconte sur nous façonnent notre vie et notre identité. Et il arrive que nous éprouvions le désir de les déposer, de les transmettre, de laisser la trace d'un peu de notre histoire, des valeurs et des pensées qui nous animent. Cet atelier vous propose un temps pour vous poser avec vous, avec ce qui fait de votre vie un récit unique et singulier et de le déposer d'une manière ludique et créative dans la réalisation d'un carnet de vie.

OBJECTIFS :

- ✍ S'initier à l'écriture autobiographique
- ✍ Transmettre le récit de son histoire ou d'une partie de celle-ci, de ses expériences, de son vécu
- ✍ Partager les valeurs qui animent, les rêves, les espoirs nourris
- ✍ Réaliser un carnet de vie pour soi ou à offrir

PUBLIC VISE :

- Aux particuliers adultes et adolescents pour une utilisation familiale ou une démarche personnelle ;
- Aux professionnels du bien-être, aux thérapeutes qui désirent acquérir un outil complémentaire ;

PRESENTATION DU CONSULTANT :

Virginie Serrière, Praticienne Narrative, expérimentée dans de l'accompagnement. Certifiée en pratiques narratives, diplômée en thérapie narrative, intervenante en école d'art-thérapie, animatrice d'ateliers d'écriture et biographe, virginie vous apportera conseils et soutien dans la réalisation de votre carnet de vie.

METHODOLOGIE ET MOYENS TECHNIQUES :

Accompagnement individualisé

Guide papier et/ou numérique pour réalisation du carnet

Matériel loisirs créatifs

Carnet en papier recyclé

PROGRAMME :

Atelier 1

Présentation du carnet de vie et du récit autobiographique

Accompagnement individuel pour choix du contenu du carnet (moments de vie et/ou thèmes souhaités)

Première ébauche du projet

Temps de partage et d'échanges

Atelier 2

Parenthèse méditative

Atelier d'écriture narrative et biographique

Temps de partage et d'échanges

Atelier 3

Parenthèse méditative

Atelier d'écriture narrative et biographique

Réalisation créative du carnet (collage, photos, dessin, peinture, calligraphie...)

Temps de partage et d'échanges

Atelier 4

Réalisation créative du carnet

Finalisation de la partie rédactionnelle autobiographique

Présentation du carnet de vie

Partage et échange

NOMBRE D'ATELIERS :

Quatre ateliers de 2h, soit 8h – une session d'été de 14h à 16h et une session d'automne le mercredi de 15h à 17h

Deux sessions dans l'année de septembre à juillet

TARIF DE LA FORMATION

Coût total de la formation : 65 €

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 65€
- soit par virement bancaire : RIB envoyé
- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

LIEU : A venir

3. MES PERLES DE VIE

Vers qui ou vers quoi revenir quand on a besoin de force ? C'est ce que propose cet atelier Perles de vie. Inspirées des traditions amérindiennes, notamment chez les Indiens Navajos où les colliers de perles ont une portée symbolique. Ils protègent, donnent de la force et du courage. Cet atelier avec un médiateur issu des pratiques narratives, propose une approche créative et ludique de se relier aux personnes qui nous donnent force et courage, aux êtres qui nourrissent notre confiance en nous et nos rêves.

OBJECTIFS :

- / Recréer du lien, sortir de l'isolement
- / Nourrir ou retrouver la confiance en soi
- / Apprendre à se connaître
- / Accueillir le changement avec sérénité
- / Nourrir l'estime de soi
- / Créer son « club de vie »
- / Se donner de la force et du courage

PUBLIC VISE :

- Aux particuliers adultes pour une utilisation familiale ou une démarche personnelle
- Aux particuliers enfants et adolescents en difficultés
- Aux particuliers enfants et adolescents qui ont besoin de renforcer la confiance en soi
- Aux particuliers adultes, enfants et adolescents dits « hypersensibles »

PRESENTATION DU CONSULTANT :

Virginie Serrière, Praticienne Narrative, expérimentée dans de l'accompagnement. Certifiée en pratiques narratives, diplômée en thérapie narrative, formée aux Perles de vie par Dina Scherrer, praticienne narrative, auteure des Perles de vie, Virginie vous accompagnera avec douceur et bienveillance dans la réalisation de vos Perles de vie. Son expérience de plus de 15 ans d'expérience avec les adultes, les enfants et les adolescents permettront d'offrir des ateliers adaptés à chaque public.

METHODOLOGIE ET MOYENS TECHNIQUES :

Utilisation du conte

Matériel loisirs créatifs

Jeu de cartes narratives / Jeu de questions narratives

Conversations narratives avec le « Remembering »

PROGRAMME :

Atelier Perles de vie enfants

- / Accueil et présentation de l'atelier inspiré de traditions amérindiennes
- / Lecture d'un conte
- / Réalisation de son collier ou bracelet de perles de vie avec un accompagnement avec les cartes images narratives
- / Raconter l'histoire d'une perle de son bracelet ou de son collier
- / Ressentis et « Mots Cadeaux »

Atelier Perles de vie adolescents

- / Accueil et présentation de l'atelier inspiré de traditions amérindiennes
- / Lecture d'un conte
- / Réalisation de son collier ou bracelet de perles de vie avec un accompagnement avec les cartes questions narratives
- / Raconter l'histoire d'une perle de son bracelet ou de son collier
- / Ressentis et « Mots Cadeaux »

Atelier Perles de vie adultes

- / Accueil et présentation de l'atelier inspiré de traditions amérindiennes
- / Lecture d'un conte
- / Réalisation de son collier ou bracelet de perles de vie avec un accompagnement avec les conversations narratives
- / Raconter l'histoire d'une perle de son bracelet ou de son collier
- / Ressentis et « Mots Cadeaux »

NOMBRE D'ATELIERS :

Un atelier enfants de deux heures le mercredi de 14h à 16h

Un atelier adolescent de trois heures le samedi de 14h à 17h

Un atelier adulte de quatre heures le vendredi de 14h à 18h

Trois sessions pour chaque atelier proposé dans l'année de septembre à juillet

TARIFS (possibilité de payer en plusieurs fois) :

Atelier enfants 48€

Atelier adolescents 52€

Atelier adultes 58€

Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 30€ d'acompte, puis le solde au premier jour de 18€ (enfants) ou 22€ (adolescents et adultes) ou 28€ (adultes)

- soit par virement bancaire : RIB envoyé

- soit par chèque libellé à l'ordre de Virginie Serrière

MODALITES D'INSCRIPTION

Les inscriptions se font en envoyant un mail à virginie.serriere@gmail.com pour recevoir le formulaire à remplir.

L'inscription est définitive après : Renseignement du formulaire, Règlement de l'acompte et Signature du contrat de formation.

DATES : A venir

LIEU : A venir