Pourquoi participer à un atelier de créativité ?

Dans un monde saturé de machines, d'algorithmes et d'efficacité , la créativité est permet de se relier à notre humanité.
Elle offre un espace de liberté intérieure et d'affirmation de soi , comme être unique au monde.

La créativité favorise la croissance individuelle.
Elle est facteur de transformation.
Elle permet :

De résister à
l'uniformisation des
pensées, des
comportements , des
goûts

D'explorer sa sensibilité,
son intuition, ses
émotions

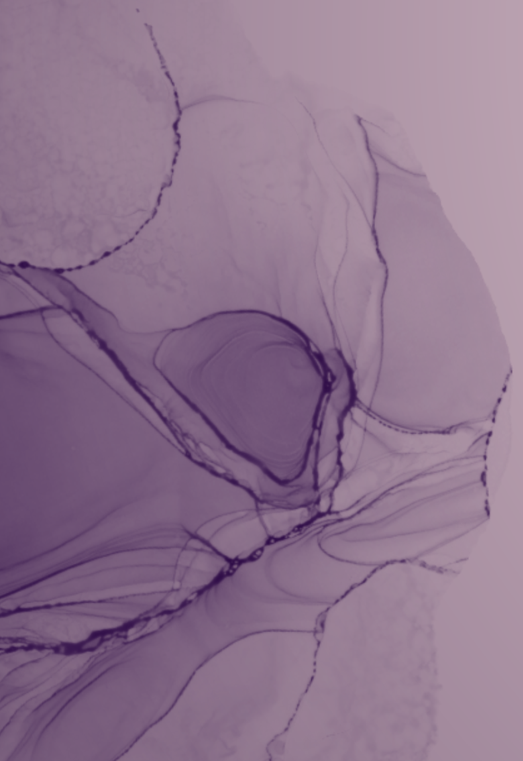
C'est devenir acteur et
poète de sa propre vie,
au lieu de n'être qu'un
consommateur
de contenu et d'objets

De se relier à son corps,
son imagination,
son vécu subjectif

De stimuler la joie
et le vivant en soi

De renforcer la confiance en soi
l'estime de soi

De libérer ses tensions émotionnellles



De s'exprimer librement-
d'expérimenter sans peur de l'échec

De (re) découvrir ses désirs, ses ressources
cachées, son "moi profond"

La création collective permet de développer :

L'écoute, l'ouverture à l'altérité, l'empathie, la tolérance

Le sentiment d'appartenance au groupe, au monde

L'esprit de collaboration, d'entraide

La subjectivité et l'intersubjectivité

Face aux nombreuses crises contemporaines, la créativité est une force de résistance et de transformation. Elle éloigne des tentations nihilistes ou cyniques en permettant d'imaginer des solutions alternatives, des modes de vies plus sobres, plus sensibles et plus résilients.
Elle ouvre des espaces de questionnements, d'invention et de rupture fertile
Elle invite à la réinvention de soi , du monde