

Atelier

"Création d'un tableau symbolique"

Concept général

« Mon Cadre Symbolique » est un atelier créatif et introspectif destiné aux enfants dès 8 ans, aux adolescents et aux adultes.

Chaque participant crée un cadre unique, porteur de sens, qui met en lumière une pierre choisie et une décoration entièrement personnalisée.

C'est un moment pour laisser s'exprimer son univers intérieur, jouer avec les matières et façonner un objet qui nous représente.

L'atelier propose :

- la création d'un cadre personnalisé
- la découverte intuitive d'une pierre et de sa symbolique
- la décoration d'une planche en bois avec divers matériaux
- la mise en valeur de la pierre dans un cadre flottant
- un espace d'expression doux, ludique et sécurisant
- un moment pour ancrer une intention personnelle

Chaque participant repart avec un objet symbolique, décoratif et porteur de sens, qu'il pourra garder près de lui ou offrir.

Déroulé d'un atelier

1. Accueil et météo intérieure

2. Choix des pierres et création du bracelet

Une sélection de pierres adaptées à tous les âges est présentée.

Chaque participant choisit la pierre qui l'appelle, celle qui résonne avec son besoin du moment.

Elle deviendra le cœur du cadre.

3. Création et décoration de la planche

À disposition :

- planche en bois
- stickers, feutres, peinture
- textures, éléments décoratifs
- petites pierres à coller, perles, paillettes
- colle, matériel créatif varié

Chacun laisse sa créativité s'exprimer librement pour créer une planche qui le symbolise : couleurs, formes, mots, dessins, collages...

Aucune technique n'est imposée, tout est possible.

4. Mise en valeur dans le cadre flottant

La pierre choisie est installée dans un cadre flottant, qui devient une petite fenêtre symbolique.

La planche décorée sert de fond ou d'accompagnement visuel.

L'ensemble crée un objet unique, poétique et personnel.

5. Intention et petit rituel

Un moment doux pour :

nommer l'intention du cadre

comprendre ce qu'il représente

ancrer symboliquement la création

remercier la pierre pour son soutien

Ce rituel est simple, accessible et adapté à tous les âges.

6. Clôture

Chaque participant repart avec : • son cadre flottant personnalisé • sa pierre • sa planche décorée • une phrase douce ou un mantra en lien avec son intention

Un petit rituel final permet de clôturer l'atelier avec gratitude et douceur.

Pourquoi participer ?

Parce que l'enfant, l'ado ou l'adulte :

- crée un objet symbolique qui lui ressemble
- explore sa créativité sans jugement
- découvre la symbolique des pierres
- apprend à écouter ses émotions
- développe confiance, intuition et expression personnelle
- repart avec un objet décoratif et porteur de sens
- vit un moment doux, ludique et valorisant

C'est un atelier à la fois créatif, introspectif et apaisant.

Pour qui ?

Enfants, adolescents et adultes dès 8 ans :

- sensibles, curieux, créatifs
- attirés par les pierres, les symboles, les rituels
- aimant créer avec leurs mains
- ayant besoin d'un espace doux pour s'exprimer
- vivant des émotions fortes ou des transitions
- souhaitant un objet qui les accompagne au quotidien

Informations pratiques

Tarif

30 € la séance – durée 1h15