**ATELIER DE JOURNAL CREATIF LE SAMEDI 7 MARS**

**Ressourcement et Créativité**

**A ANGERS, la CITE de 10h à 17h**

**Animé par Myriam BONDU**

****

**UN TEMPS POUR SOI, JE FAIS LE POINT POUR 2015 !**

**Se poser, faire le point, se faire plaisir**

**Une journée pour soi d’explorations ludiques et spontanées**, de découverte du Journal Créatif. Pas besoin de savoir dessiner ou écrire c’est le processus qui compte et non le résultat : **retrouver simplement le plaisir de créer.**

**E**xercices ludiques et introspectifs **facile à mettre en œuvre, sources** d’idées créatives, de bien-être et de développement personnel.

Au plaisir de vous y rencontrer.

**Myriam BONDU**

**Prochain atelier thématique le samedi 4 avril**