

# ATELIERS A MEDIATION ARTISTIQUE

## ATELIER COLLAGE

**COLLAGE - LES QUALITES DES  
LETTRES DE MON PRENOM**

**FORMATION MEDIATION ARTISTIQUE**



# QUALITÉS DE NOTRE PRENOM

## PRATIQUE POUR LA CONFIANCE EN SOI, LA VALORISATION...

### ↳ MATERIEL NECESSAIRE

- Une grande feuille pour réaliser le collage ou tout autre support
- Ciseaux, colle...
- Du papier à décorer, Magazines, journaux, etc....

### ↳ TOUT D'ABORD, DEMARRONS PAR UN PETIT TRAVAIL DE REFLEXION...

→ Prenons chaque lettre de notre prénom et laissons venir les mots positifs qui nous viennent spontanément à l'esprit, que ce soit des qualités, des éléments de la nature ou objets, l'essentiel est que chaque mot soit positif et plein de lumière...

Ex : Sophie - S...sourire, soleil...O...oiseau...opaline...P...paix...pomme...etc.....

📖 Si nous avons plusieurs fois les mêmes consonnes et voyelles, trouver à chaque fois un nouveau mot positif...

→ Feuilletter et découper un ou deux symboles-images qui représentent au mieux chacun des mots positifs de votre prénom...

## QUALITÉS DE NOTRE PRENOM

### ↳ ENSUITE, SELON LES DIFFERENTS MATERIAUX PRESENTS ET QUI NOUS ATTIRENT...

- Dessinons et découper chaque lettre de notre prénom, en choisissant un matériau et ou une couleur différente pour chaque lettre différente...
- Agençons et coller sur la grande feuille ou sur le support prévu à accueillir le collage, chaque lettre reconstituant le prénom...
- Agençons ensuite au niveau de chaque lettre le ou les images symboles positifs et les coller afin de réaliser comme un tableau de mots positifs rattachés à chacune des lettres du prénom...

### **Voici sous nos yeux en images, Notre Prénom comme Valeur positive...**

- ◆ Que ressentons-nous avec ce nouveau collage sous nos yeux ?
- ◆ Laissons ce collage installé dans un endroit où nous pourrons le retrouver très facilement afin d'ancrer notre nouvelle vision de nous-même, renforçant ainsi notre confiance en nous et en notre valeur...

## QUALITÉS DE NOTRE PRENOM

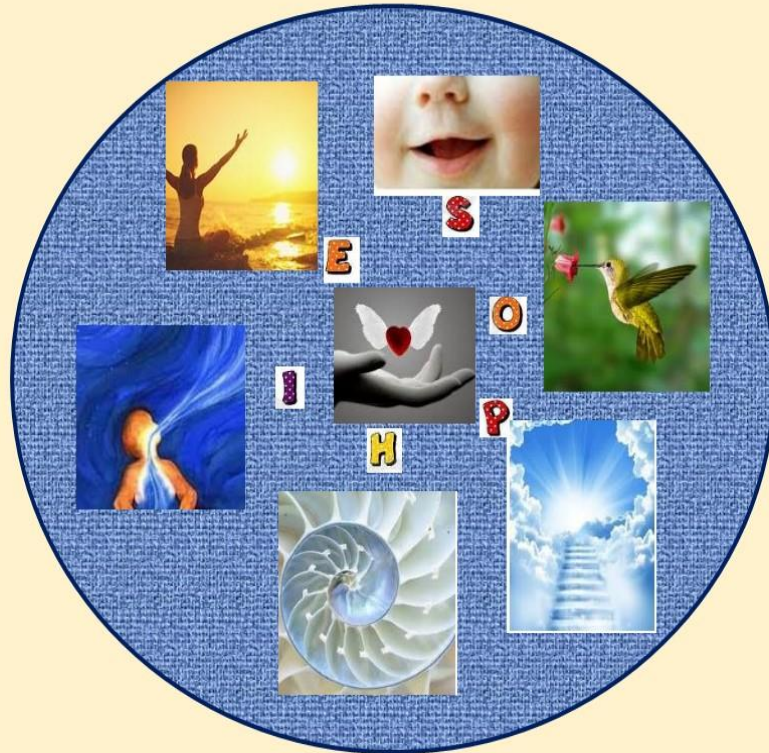
### ↳ ENSUITE, SELON LES DIFFERENTS MATERIAUX PRESENTS ET QUI NOUS ATTIRENT...

- Dessinons et découper chaque lettre de notre prénom, en choisissant un matériau et ou une couleur différente pour chaque lettre différente...
- Agençons et coller sur la grande feuille ou sur le support prévu à accueillir le collage, chaque lettre reconstituant le prénom...
- Agençons ensuite au niveau de chaque lettre le ou les images symboles positifs et les coller afin de réaliser comme un tableau de mots positifs rattachés à chacune des lettres du prénom...

### **Voici sous nos yeux en images, Notre Prénom comme Valeur positive...**

- ◆ Que ressentons-nous avec ce nouveau collage sous nos yeux ?
- ◆ Laissons ce collage installé dans un endroit où nous pourrons le retrouver très facilement afin d'ancrer notre nouvelle vision de nous-même, renforçant ainsi notre confiance en nous et en notre valeur...

# QUALITÉS DE NOTRE PRENOM



**SOPHIE**

**S** comme sourire

**O** comme Oiseau

**P** comme Paradis

**H** comme Harmonie

**I** comme Intériorité

**E** comme Energie