



“ Peu importe votre âge ou votre cheminement personnel, que l’art soit pour vous carrière, passe-temps ou rêve, il n’est ni trop tard, ni trop égotiste, ni trop prétentieux, ni trop bête de travailler sur votre créativité. ”

Julia Cameron, *Libérez votre créativité, Osez dire oui à la vie !*

Je m’appelle Florence Thinard et j’écris [des romans et des documentaires](#) depuis une vingtaine d’années. Le programme [Libérez votre créativité](#) de Julia Cameron a été un tournant dans ma vie d’autrice. Les programmes suivants, *The right to write*, *Write for Life*, *Living the Artist Way*... m’ont toujours donné de nouveaux élans.

J’enseigne [le yoga](#) et j’ai une formation de coach en [Pratiques Narratives](#), autant d’outils enthousiasmants que je suis heureuse de partager.

Dans ce cycle de six ateliers, je vous propose un peu de yoga et beaucoup de « méthode Cameron » (Pages du Matin quotidiennes, Rendez-vous d’Artiste hebdomadaire...) mêlés à d’autres pratiques créatives que j’ai pu expérimenter.

1^{er} octobre - **Découvrir les outils de la reconquête.**

8 octobre - **Se sentir en sécurité.**

15 octobre - **Embrasser l’optimisme.**

22 octobre - **Goûter la puissance.**

5 novembre - **Accueillir la guidance.**

12 novembre - **Suivre sa joie.**

- 6 mercredis de 19h à 21h.
- 8 participant·e·s maximum, les mêmes du début à la fin.
- À mon domicile, 30 rue du Professeur Jammes à Toulouse, quartier Minimes.
- Participation financière libre.
- En savoir plus : 06 01 83 61 09 - florence.thinard@neuf.fr

“ Pourquoi devrions-nous utiliser notre pouvoir créatif pour écrire ou peindre ou jouer de la musique ou quoi qu’il nous dise de faire ? Parce qu’il n’y a rien qui rende les gens plus généreux, plus joyeux, plus vivants, plus audacieux et compatissants, plus indifférents au combat, à l’accumulation d’objets et d’argent. ”

Brenda UELAND, *If you want to write*