

Atelier « Écriture et résilience »



ATELIER

Saskia Hellmund

Atelier « Écriture et résilience »

PUBLIC : à partir de 16 ans

BESOINS TECHNIQUES :

Dispositif scénique :

Salle, table, chaises

.Durée : 1h30

Jauge : 20 personnes

CONDITIONS FINANCIÈRES :

• **Précisions :** 100 € (suivant le nombre d'ateliers, frais de déplacements, repas et hébergement à la charge de l'organisateur.

Écrire pour dépasser des expériences qui ont laissées des traces, les transformer avec des mots, les mettre à distance en les extériorisant. Les coucher sur papier pour se rendre compte de leur sens dans notre vie, de ce qu'elles ont engendré, en mal et en bien. Les déposer pour les proposer, aux autres, proches ou inconnus. Au lendemain d'une des plus grandes crises mondiales qui a malmenée psychologiquement une partie importante de la population, je voudrais apporter mon expérience particulière. J'ai moi-même dépassé plusieurs traumatismes par l'écriture. Du choc de ma jeunesse, la disparition de mon pays, j'ai fait un livre et une pièce de théâtre. Actuellement, j'écris un texte qui traite du harcèlement moral, inspiré de mon propre vécu. Comme je connais par ce travail de longue haleine les bienfaits de l'écriture résiliente, je souhaite en faire bénéficier d'autres personnes.

Contact : Saskia Hellmund

Responsable : Saskia Hellmund

Adresse : 16, Kervigaouez 29640 Plougonven

Téléphone : 06 06 45 15 28

Courriel :

[aufdergrenze\(a\)yahoo.de](mailto:aufdergrenze(a)yahoo.de)

Site : <https://saskiahellmund.wordpress.com/>