ART JOURNAL

13.10.2021

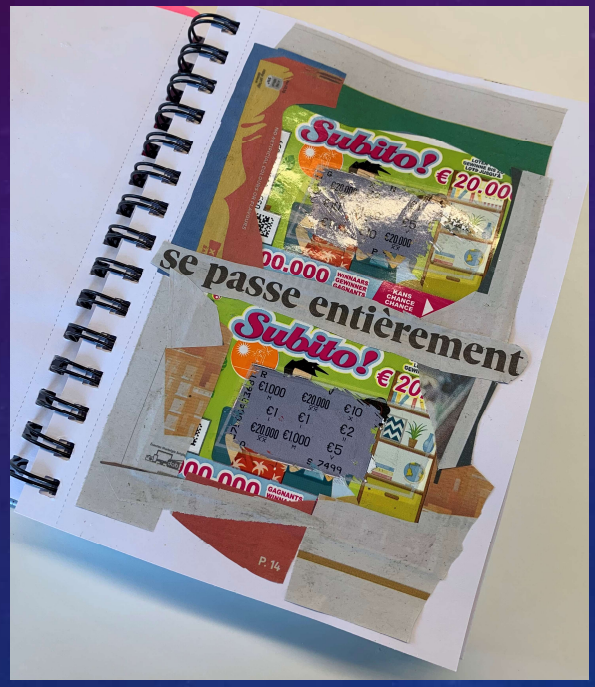
PAR CATHY VERDI.

QUI SUIS-JE ?

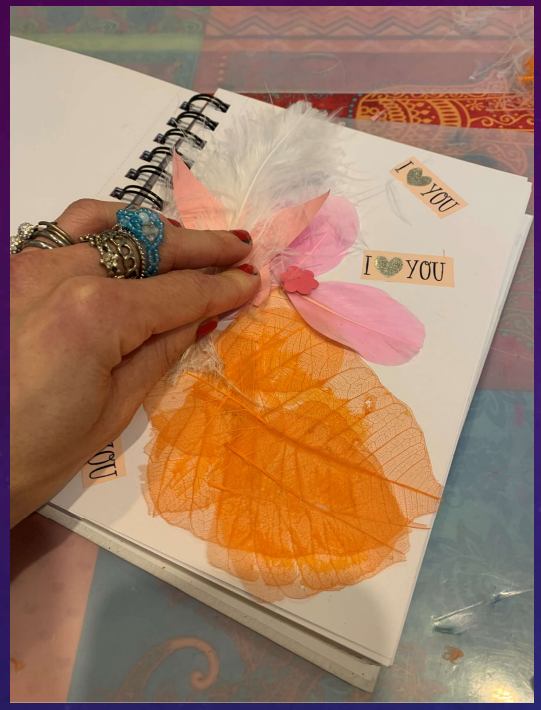
- Bloggeuse à mes heures perdues : http://lesperlesdecathy.be
- Animatrice en art thérapie dans un home
- Passionnée de développement personnel
- Auteure. Premier roman : Verdi, C. (2021), *Les Chroniques de Sissi*, Paris : Le Lys Bleu éditions.

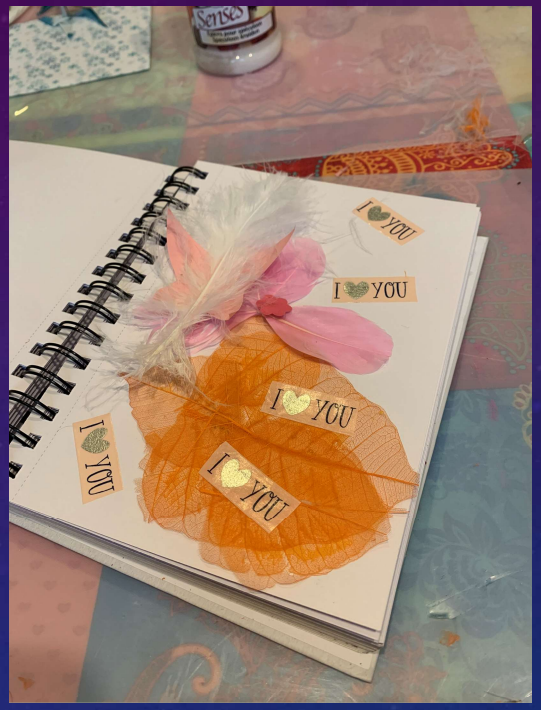
MA VISION DE L’ ART-THÉRAPIE ET LIEN AVEC LA PRATIQUE DE L’ART JOURNAL

DES UTILISATIONS VARIÉES DE L'ART JOURNAL

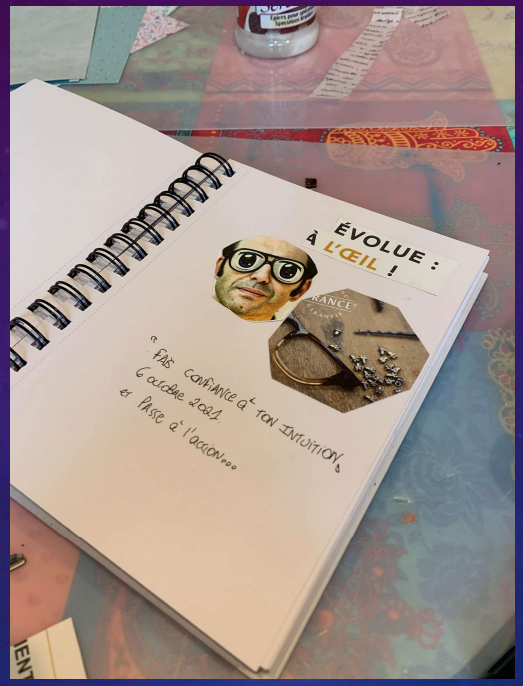


Mix tickets à gratter et journal



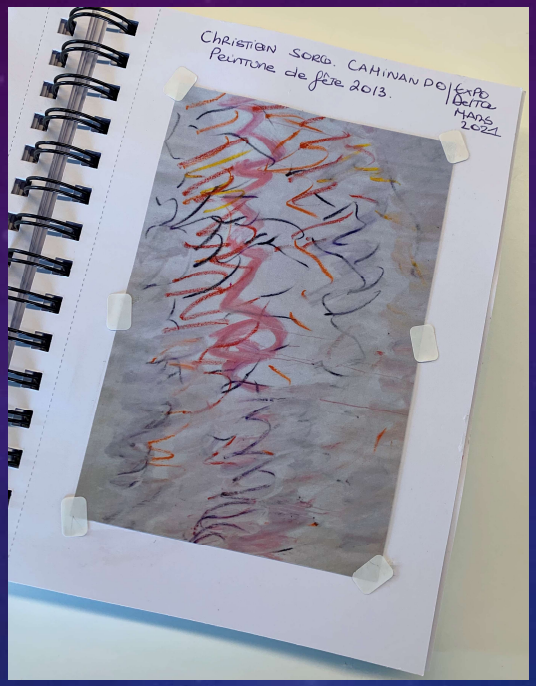


Travail par accumulation



Travail découpage citation

DECOUPAGE FLYER
« Rendre compte » / Laisser une trace de mon livre dans mon carnet



Visite d’expo - mémoire de mes visites

ZOOM SUR LE ZENTANGLE

Mix Journal et Zentangles

Zentangles découpés, bois, images de magazines

JEUX DE MOTS ET MINI-MANDALA

MIX IMAGES, POST ITS ET MOTS, mini-mandala

ARPENTER, QUÈSACO ?

MIX JOURNAL ET OBJET
NATUREL - ARPENTAGE

LE PLIAGE : POURQUOI, POUR QUI ?

PÉCHÉ MGNION

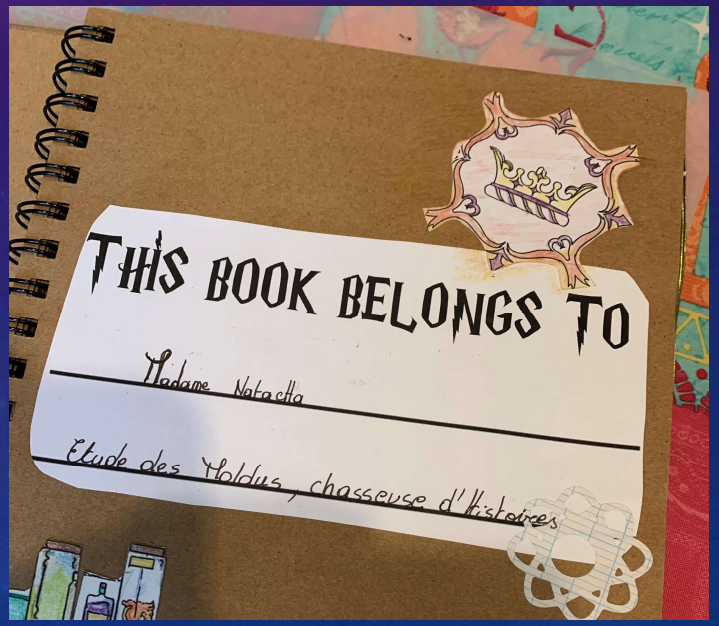
Travail sur la consommation

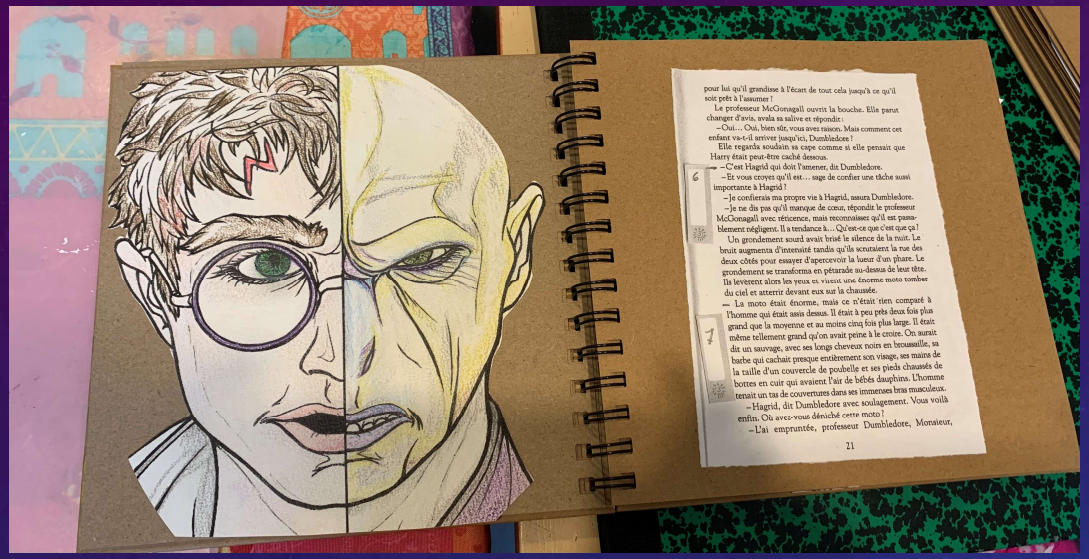
MOT SUR LES LIVRES POP-UPS

- PRINCIPE ET MON UTILISATION (en cours en recherche avec des professionnelles)

CARNET HARRY POTTER

HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/NATACHALAFEEBRICOLEUSE/





pour lui qu'il grandisse à l'écart de tout cela jusqu'à ce qu'il soit prêt à l'assumer !

Le professeur McGonagall ouvrit la bouche. Elle parut changer d'avis, avala sa salive et répondit :

– Oui… Oui, bien sûr, vous avez raison. Mais comment cet enfant va-t-il arriver jusqu'ici, Dumbledore ?

Elle regarda soudain sa cape comme si elle pensait que Harry était peut-être caché dessous.

– C'est Hagrid qui doit l'amener, dit Dumbledore.

– Et vous croyez qu'il est… sage de confier une tâche aussi importante à Hagrid ?

– Je confierais ma propre vie à Hagrid, assura Dumbledore.

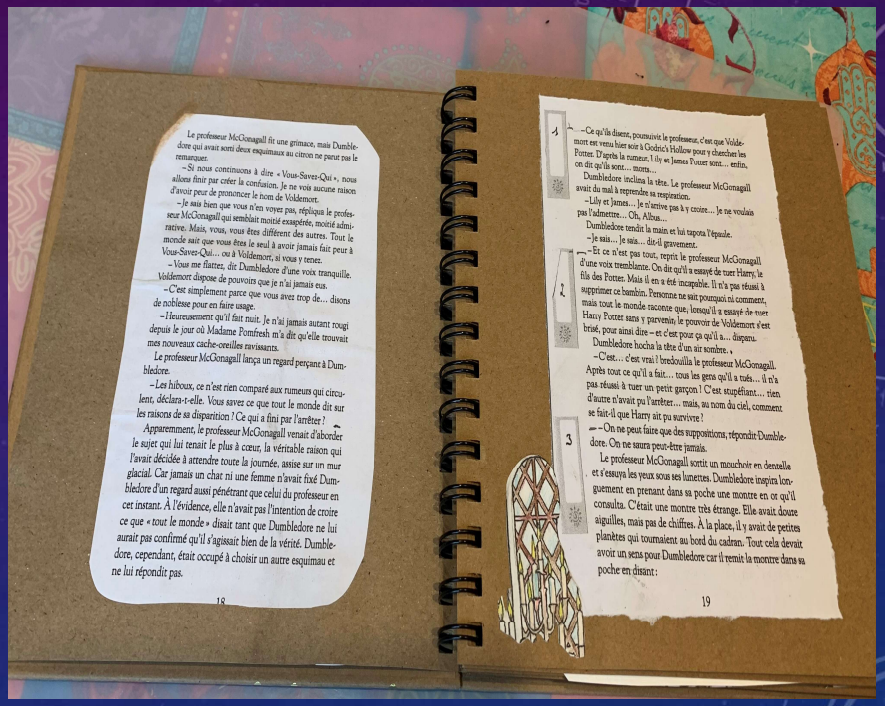
– Je ne dis pas qu'il manque de cœur, répondit le professeur McGonagall avec réticence, mais reconnaissez qu'il est passablement négligent. Il a tendance à… Qu'est-ce que c'est que ça ?

Un grondement sourd avait brisé le silence de la nuit. Le bruit augmenta d'intensité tandis qu'ils scrutaient la rue des deux côtés pour essayer d'apercevoir la lueur d'un phare. Le grondement se transforma en pétarade au-dessus de leur tête. Ils levèrent alors les yeux et virent une énorme moto tomber du ciel et atterrir devant eux sur la chaussée.

La moto était énorme, mais ce n'était rien comparé à l'homme qui était assis dessus. Il était à peu près deux fois plus grand que la moyenne et au moins cinq fois plus large. Il était même tellement grand qu'on avait peine à le croire. On aurait dit un sauvage, avec ses longs cheveux noirs en broussaille, sa barbe qui cachait presque entièrement son visage, ses mains de la taille d'un couvercle de poubelle et ses pieds chaussés de bottes en cuir qui avaient l'air de bébés dauphins. L'homme tenait un tas de couvertures dans ses immenses bras musculeux.

– Hagrid, dit Dumbledore avec soulagement. Vous voilà enfin. Où avez-vous déniché cette moto ?

– L'ai empruntée, professeur Dumbledore, Monsieur,



Le professeur McGonagall fit une grimace, mais Dumbledore qui avait sorti deux esquimaux au citron ne parut pas le remarquer.

– Si nous continuons à dire « Vous-Savez-Qui », nous allons finir par créer la confusion. Je ne vois aucune raison d'avoir peur de prononcer le nom de Voldemort.

– Je sais bien que vous n'en voyez pas, répliqua le professeur McGonagall qui semblait moitié exaspérée, moitié admirative. Mais, vous, vous êtes différent des autres. Tout le monde sait que vous êtes le seul à avoir jamais fait peur à Vous-Savez-Qui… ou à Voldemort, si vous y tenez.

– Vous me flattez, dit Dumbledore d'une voix tranquille. Voldemort dispose de pouvoirs que je n'ai jamais eus.

– C'est simplement parce que vous avez trop de… disons de noblesse pour en faire usage.

– J'heureusement qu'il fait nuit. Je n'ai jamais autant rougi depuis le jour où Madame Pomfresh m'a dit qu'elle trouvait mes nouveaux cache-oreilles ravissants.

Le professeur McGonagall lança un regard perçant à Dumbledore.

– Les hiboux, ce n'est rien comparé aux rumeurs qui circulent, déclara-t-elle. Vous savez ce que tout le monde dit sur les raisons de sa disparition ? Ce qui a fini par l'arrêter ?

Apparemment, le professeur McGonagall venait d'aborder le sujet qui lui tenait le plus à cœur, la véritable raison qui l'avait décidée à attendre toute la journée, assise sur un mur glacial. Car jamais un chat ni une femme n'avait fixé Dumbledore d'un regard aussi pénétrant que celui du professeur en cet instant. À l'évidence, elle n'avait pas l'intention de croire ce que « tout le monde » disait tant que Dumbledore ne lui aurait pas confirmé qu'il s'agissait bien de la vérité. Dumbledore, cependant, était occupé à choisir un autre esquimau et ne lui répondit pas.

– Ce qu'ils disent, poursuivit le professeur, c'est que Voldemort est venu hier soir à Godric's Hollow pour y chercher les Potter. D'après la rumeur, Lily et James Potter sont… enfin, on dit qu'ils sont… morts…

Dumbledore inclina la tête. Le professeur McGonagall avait du mal à reprendre sa respiration.

– Lily et James… Je n'arrive pas à y croire… Je ne voulais pas l'admettre… Oh, Albus…

Dumbledore tendit la main et lui tapota l'épaule.

– Je sais… Je sais… dit-il gravement.

– Et ce n'est pas tout, reprit le professeur McGonagall d'une voix tremblante. On dit qu'il a essayé de tuer Harry, le fils des Potter. Mais il en a été incapable. Il n'a pas réussi à supprimer ce bambin. Personne ne sait pourquoi ni comment, mais tout le monde raconte que, lorsqu'il a essayé de tuer Harry Potter sans y parvenir, le pouvoir de Voldemort s'est brisé, pour ainsi dire – et c'est pour ça qu'il a… disparu.

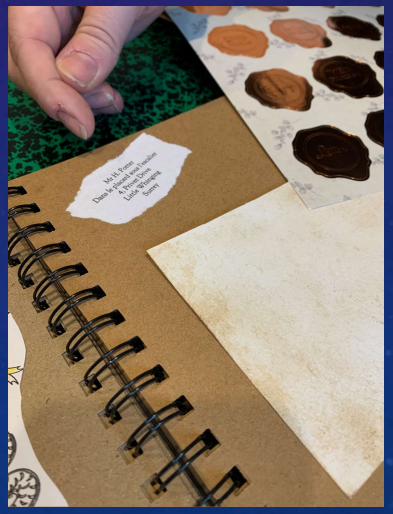
Dumbledore hocha la tête d'un air sombre. »

– C'est… c'est vrai ! bredouilla le professeur McGonagall. Après tout ce qu'il a fait… tous les gens qu'il a tués… il n'a pas réussi à tuer un petit garçon ! C'est stupéfiant… rien d'autre n'avait pu l'arrêter… mais, au nom du ciel, comment se fait-il que Harry ait pu survivre ?

– On ne peut faire que des suppositions, répondit Dumbledore. On ne saura peut-être jamais.

Le professeur McGonagall sortit un mouchoir en dentelle et s'essuya les yeux sous ses lunettes. Dumbledore inspira longuement en prenant dans sa poche une montre en or qu'il consulta. C'était une montre très étrange. Elle avait douze aiguilles, mais pas de chiffres. À la place, il y avait de petites planètes qui tournaient au bord du cadran. Tout cela devait avoir un sens pour Dumbledore car il remit la montre dans sa poche en disant :

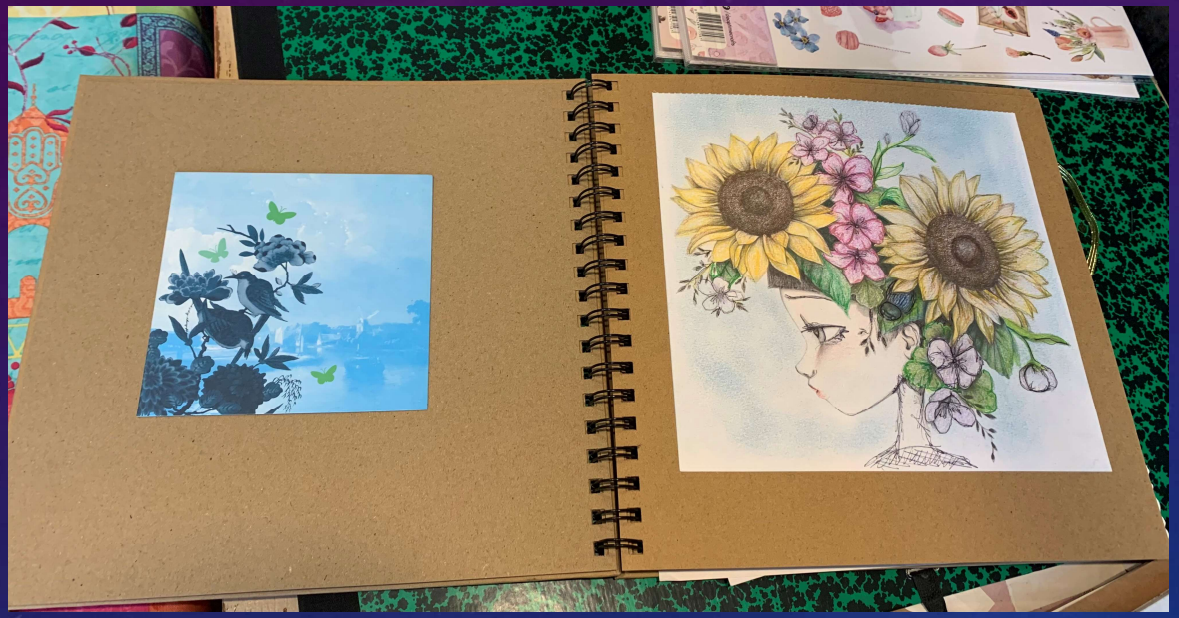
A
la Santé d'
Harry Potter
Le Surbivant



CRÉATION DE SON PAPIER POUR SON CARNET

AUTRE EXEMPLE DE JOURNAL PERSONNEL

HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/NATACHALAFEEBRICOLEUSE/



LES BIENFAITS DE MA THÉRAPIE « ART-JOURNAL »

- UTILISATION DE TOUS LES MOMENTS « MORTS » POUR RÉCOLTER DE QUOI GARNIR LE JOURNAL, LES PAUSES SONT UTILES !
- EXTERIORISATION DE MES SENTIMENTS DU MOMENT ET DÉCHARGE ÉMOTIONNELLE
- …

EXERCICE PROPOSÉ (SUGGESTION POUR ALLER PLUS LOIN).

- MATERIEL : PAPIER JOURNAL , ciseaux, colle et carnet.
- CONSIGNES
  - DECOUPER DES MOTS (PAR EX 10) DANS VOTRE(UN) JOURNAL TOUS LES JOURS ET GLISSEZ-LES DANS UNE ENVELOPPE PENDANT 1 SEMAINE, FIXEZ-VOUS UN MOMENT PENDANT LA JOURNEE QUE VOUS Y CONSACREZ
  - QUAND VOUS PRATIQUEZ L'ART JOURNAL :
    - 1) TIRER AU SORT DES MOTS DANS VOTRE « ENVELOPPE BASE DE DONNÉES » PAR EXEMPLE 10
    - 2) COMPOSER DES PHRASES AVEC LES MOTS. AU BESOIN, CONJUGUER LES VERBES
    - 3) ADMIRER LA POÉSIE DU RESULTAT

OÙ ME RETROUVER ?

Sur Facebook :

Les Perles de Cathy - *https://www.facebook.com/perlescathy/*

Sur Instagram :

cathy_lifeintendsthebesttoyou. -