

***Team building* avec les Ateliers Toile blanche
lors d'événements et en entreprise**



Les Ateliers Toile blanche

Vivre une expérience d'artiste peintre permet de prendre contact avec son intériorité. Faire face à une toile blanche et se lancer dans un processus de création nous pousse à nous exprimer avec une grande liberté. Une liberté difficile à savourer dans cette société qui nous force à tout calculer et à performer à l'intérieur d'un modèle précis. Se libérer des exigences, des contraintes, en s'exprimant librement et sans jugement, libère ces tensions souvent trop sévères qui nous accablent.

... dans un contexte de *Team Building*

Tout d'abord, il faut déterminer le type de *Team Building* que vous recherchez. Deux types sont disponibles :

- ***Team Building* événementiel : Réaliser une toile en groupe lors d'une journée spéciale.**

ou

- ***Team Building* stratégique : Réaliser une toile individuelle.**

***Team Building* événementiel**

Les participants réalisent une œuvre de groupe lors d'une journée spéciale. J'encourage les gens à être libre de toutes expressions et je les motive à utiliser leur spontanéité. Leur création doit dépasser la peur du ridicule. Ils doivent former un lien entre eux afin de compléter l'œuvre. Le cadre de cette activité est détendu et est réalisé dans une atmosphère de fête.

***Team Building* stratégique**

L'Atelier Toile blanche avec une toile par individu est plutôt un exercice et un processus d'intériorisation. Chacun des participants doit faire face à la toile blanche et faire le cheminement de la conception et de la création de leur œuvre. Ainsi, on amène le participant à affronter ses peurs et à libérer ses sentiments et ses pensées sur la toile. Le résultat de l'œuvre démontre remarquablement que la peur est véritable, qu'elle existe et qu'une fois qu'elle est vécue, ressentie et vaincue, une réussite remarquable nous attend. Ils comprendront que la peur est un merveilleux outil que l'on peut prendre plaisir à surmonter car elle nous mène vers d'impressionnants résultats.

Ils réaliseront également que leur employeur est soucieux de leur bien-être puisqu'il leur a réservé une pause afin qu'ils prennent le pouls d'eux-mêmes. La toile une fois terminée sera porteuse d'un message de liberté et procurera un état de sérénité, d'écoute et de bien être.

Aussi, l'union de l'équipe prendra place naturellement par ce moment de ressourcement. Quant aux œuvres, elles confirmeront aux collègues qu'ils sont capables de tout, s'ils se donnent la possibilité de croire en eux. L'équipe prendra ainsi une nouvelle force.

Déroulement des Ateliers avec Suzanne



L'activité se déroule dans le plus grand respect des personnes. Il est important de se rappeler que ce n'est pas un cours de peinture, mais plutôt une expérience d'extériorisation pour chaque personne. Rien n'est jugé, ni commenté. L'objectif est d'être authentique, de se sentir libre, libre de tout laisser projeter sur la toile.

On libère son imaginaire et on s'installe dans un climat de confiance.



Étape 1 :

Je démontre comment une toile prend place, évolue et se transforme en ce que l'on veut vraiment dire. Je partage avec vous le plaisir d'entrelacer les couleurs, les formes et les textures. Le travail avec les pinceaux, les spatules ou tout autre matériel se déroule avec une simplicité des plus créatives.



Étape 2 :

Je fais un bref survol afin d'expliquer en quoi consiste l'art abstrait.



Étape 3 :

L'événement comprend une conférence de 15 minutes sur le sujet "Vaincre la peur de la toile blanche".

Je discute de la peur et la façon dont on peut la surmonter et d'en retirer profit dans notre vie de tous les jours.



Étape 4 :

Par la suite, je positionne les gens dans une zone de confort et de liberté d'expression et nous voilà partis dans le processus de l'Atelier Toile blanche.

Tous les Ateliers sont uniques et se déroulent selon le besoin du groupe.



Résultats :

Faites l'expérience de manifester librement vos émotions, vos pensées, vos désirs, vos craintes, votre imagination. Il me fera grand plaisir de vous offrir mon accompagnement dans une expérience unique de création et d'extériorisation, afin que vous puissiez vous aussi goûter ces moments exceptionnels que peuvent apporter les élans créateurs. Cela vous procurera un sentiment de bien-être émotionnel, réduisant stress et anxiété tout en augmentant votre confiance en vous.



Avantages :

Les Ateliers s'ajustent à la situation demandée par le gestionnaire ou les organisateurs d'événements, que le but soit de simplement s'amuser et se détendre, ou pour aider à régler une problématique d'entreprise précise.



Bénéfices :

L'Atelier Toile Blanche est un moyen original pour apporter un sentiment d'appartenance, solidifier les liens entre les membres du personnel et peut-être même soulager certaines tensions dans le groupe. Il permet également aux organisateurs d'événements de se démarquer par l'originalité de ce concept unique.

Vous ferez assurément une différence par l'intensité de cet événement que vous allez offrir.

Au plaisir de vous rencontrer bientôt !

Suzanne Longval
Artiste peintre

508, Chemin du Tour-du-Lac
Lac- Beauport, QC
G3B 0V6

Téléphone : 1-418-841-9827

Courriel : info@suzannelongval.com

Site web : www.suzannelongval.com