

<h2 style="color: blue;">BOOSTER N° 22</h2>	
<h3>Pratiquer des activités/travaux manuels</h3>	
<p>DESCRIPTIF :</p> <p style="text-align: center;"><i>Savez-vous pourquoi l'être humain s'intéresse à l'art ? Car c'est la seule trace de son passage sur terre.</i></p> <p>Sans aller jusqu'à dire que nous recherchons tous à marquer l'histoire par nos créations, reconnaissons tout de même qu'il est agréable et réjouissant de pouvoir annoncer haut et fort à notre entourage : « c'est moi qui l'ai fait » !!!</p> <p>Quoi de plus plaisant et gratifiant que d'imaginer et créer de ses propres mains une œuvre, une composition... en partant de la feuille blanche !</p> <p>Qu'il s'agisse d'activités saisonnières (décorations de fin d'année, cartes de vœux, déguisements,...) d'activités ludiques (découpage, coloriage, collage, pâte à modelée...), d'activités thématiques (bijoux, sculptures, peintures, écriture...) ou autres, octroyons-nous des moments de créativité et de libre expression.</p> <p>Boostons notre inventivité, stimulons nos sens, développons notre estime de soi en pratiquant régulièrement des activités et/ou travaux manuels.</p> <p>Gardons et entretenons notre âme d'enfant, sans préjugé, sans honte ni censure.</p> <p style="text-align: center;"><i>Nous sommes tous des enfants, mais rares sont ceux qui s'en souviennent.</i></p>	
<p>DUREE A PREVOIR - RYTHME / PERIODICITE :</p> <p>Variable selon l'activité ; à pratiquer le plus souvent possible.</p>	
<p>MATERIEL NECESSAIRE :</p> <p>Tout peut servir de matière première pour réaliser vos chefs d'œuvres.</p>	<p>RESSOURCES :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sites, blogs spécialisés selon vos envies d'inspiration • A tester : les coloriages « Art thérapie ; coloriages anti-stress » •
<p>BENEFICES / BIENFAITS :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stimuler sa créativité, développer et entretenir son imagination • Partager des moments privilégiés en groupe • Augmenter ses savoir-faire, gagner en concentration, en patience, en dextérité • Outils d'expression, de décompression, de prise de recul 	<p>INCONVENIENTS :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coût de la matière première selon les travaux envisagés • Nettoyage à la fin de l'activité.
<p>ASTUCES / CONSEILS :</p> <p>Faire de sa passion créative une activité lucrative</p> <p>Vous avez une vraie passion pour une activité, un talent créatif, un savoir-faire artistique...pourquoi ne pas allier l'utile à l'agréable ? Proposez vos œuvres à la vente, vous aurez sans doute des amateurs et des clients potentiels.</p>	

Customiser vos cahiers « booster »

A plusieurs reprises dans nos « fiches booster » (Ex : Fiche n°9 « RdV Famille », Fiche n°12 « Cocktail Booster », Fiche n°15 « Vos idées », Fiche n°17 « Gratitude »,...) nous vous invitons à passer à l'action et mettant en place nos astuces/conseils sur cahier ; Voilà une occasion rêvée de rendre vos cahiers encore plus inspirants en les customisant et en les personnalisant.

Laissez libre court à votre imagination, à votre créativité...et d'une certaine manière laissez une trace de votre passage sur Terre... ;-)

Comme d'habitude, partagez, likez, commentez et offrez nous vos expériences et résultats ;)