

Mon parcours de vie:

Enfant, je dessinais déjà beaucoup. On pourrait même se demander si je n'étais pas née avec un crayon dans la main. Plus tard, ce n'était pas seulement le plaisir de faire et d'être fière d'avoir fait un beau dessin. Mais c'était ma façon d'être, de m'exprimer et de me retrouver dans ma bulle. Je rêvais de m'inscrire à l'école des Beaux-Arts pour améliorer mon dessin et apprendre différentes techniques afin de devenir professeur d'art plastique. Mais cela resta un rêve. J'ai suivi des études dans le domaine technique et j'ai travaillé dans l'industrie.

La vie fût pour moi une aventure, parfois belle et parfois périlleuse. Avec de bons moments et de moins bons moments. Les difficultés rencontrées ont enrichi ma vie, même si ce n'était pas toujours très facile. Ces expériences m'ont aidé à grandir.

Finalement, j'ai trouvé un autre chemin. Après la naissance de mes deux enfants et le besoin de vivre mon rôle de mère pleinement, je ne savais pas comment continuer sur le plan professionnel. J'ai été touché par un livre : « Heureux comme un enfant qui peint » d'Arno Stern. Cela m'a donné le désir d'ouvrir un atelier pour tous. Et c'est ce que j'ai fait pendant 14 ans. Je dois ajouter que suite à ma formation chez Arno Stern à Paris, l'atelier a d'abord été influencé par sa méthode. Mais avec le temps, ma pratique à l'atelier a changé et s'est développée pour devenir un atelier d'expression. Voir les participants peindre, s'exprimer, expérimenter, s'émerveiller avec différents matériaux, m'a énormément apporté de joie.

En parallèle, j'enchaînais les petits boulots. Puis, j'ai décidé de suivre la formation d'art-thérapeute en 2013 à l'HETSL de Lausanne. Et j'ai suivi une formation d'aide-soignante en 2018, pour plus de stabilité financière.

Depuis mon stage en 2018, j'accompagne mon groupe en art-thérapie de personnes en situation de vie difficile et en réinsertion sociale ou souffrant de maladies mentales. C'est un moment privilégié de les retrouver chaque semaine, et je m'étonne à chaque fois de ce qui peut se passer lors de l'atelier. Lorsque j'anime l'atelier, je me sens un peu comme un jardinier : je me réjouis de voir les fleurs éclore après avoir semé de petites graines et les avoir arrosées. Je suis motivée par l'épanouissement des personnes et de les voir aller mieux.

Lors de mes temps libres, j'aime me retrouver dans la nature, peindre, lire, faire du Taï Chi ou du Yoga, cuisiner, jardiner, danser ou sortir avec mes ami(e)s, bien sûr. Toutes ces activités me permettent de me ressourcer ou de rester en lien.

Aujourd'hui, je participe en quelque sorte aux soins de la personne. Pour que la personne gagne en qualité de vie et aille mieux. J'aimerais offrir un lieu d'accueil, d'écoute et de partage grâce à la création et à l'imagination, afin de « recharger ses batteries ». Et peut-être si elle le souhaite, l'encourager à oser regarder plus loin, par la création, pour aller de l'avant.

Un voyage vers un monde meilleur.