

# Le journal Créatif



Le journal Créatif est un journal personnel où l'on joue avec le dessin, l'écriture et le collage.



Il développe la créativité et peut s'adapter à tous les publics partant de l'enfant jusqu'aux séniors. C'est un outil flexible pouvant s'adapter dans différents contextes et situations de vie.

## Un Journal Créatif pour vous?

- \* Se ressourcer
- \* Mieux se connaître
- \* Diminuer son stress
- \* Gérer ses émotions
- \* Stimuler sa créativité
- \* Résoudre ses problèmes
- \* Trouver des réponses à ses questions
- \* Faire le point pour orienter sa vie
- \* ...