



CALENDRIER DE L'AVENT 2021

*24 propositions
créatives et ludiques*

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

Introduction

Qui sommes-nous ?



F et M, Frédérique et Mélissa, deux animatrices d'écriture et agitatrices de mots. Nous créons pour vous des bulles créatives : pour vous y réfugier quand vous avez un moment de libre, depuis chez vous, et lors de rdv en ligne.

Tout a commencé en 2020, après quelques semaines où nous ne pouvions communiquer que par les voies de l'internet... Vous vous en rappelez ? Depuis, nous n'avons cessé de diffuser la joie des mots en mode « ON LINE » !

Et pourquoi un calendrier de l'avent publié en janvier ?

Saviez-vous que dans les ateliers animés par Mélissa et Frédérique les consignes et propositions d'écriture sont faites pour être détournées ? Détournées intelligemment, bien sûr ! On vous invite à écrire un poème : pourquoi pas en faire une lettre et inversement ? Alors, nous avons pensé que ces 24 invitations à créer pouvaient être utilisées tout au long de l'année, pour toute célébration ou même pour fêter... le jour qui vient. Nous espérons que vous vous amuserez à les découvrir et partagerez avec nous vos créations !





**#Avent2021fetm
J-24**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

1^{er} décembre – Carte(s) à 4 mains (ou plus...)

Carte(s) à 4 mains (ou plus...)

Le mois de décembre, c'est avant tout pour nous un moment de partage. Un moment pour...

- 🔗 se retrouver « en vrai »,
- 🔗 s'écrire, même du bout du monde
- 🔗 faire des visio, le temps de réaliser chacun de son côté des truffles au chocolat, plutôt que simplement échanger des nouvelles rapides

Afin de fêter ce mois dignement, nous vous proposons d'écrire vous **aussi une liste en 3 items de ce que vous aimez faire pendant le mois de décembre.**

Pour un moment de créativité à plusieurs, vous pouvez...

✂️ ✂️ si vous êtes effectivement ensemble, écrire chacun sur une fiche en cartonné blanc ou coloré votre liste pour les envoyer à un être aimé (après des coloriages et collages bien entendu !)

💬 📧 vous êtes éloignés les uns des autres... créez vos listes chacun de votre côté et envoyez-les vous... par voie dématérialisée... ou à l'ancienne par La Poste (Merci facteur ! 😊)

👉 L'amorce est très simple. Asseyez-vous dans un endroit calme avec un chocolat chaud, une tisane parfumée à la cannelle ou une infusion glacée si comme nous, vous êtes dans l'hémisphère sud et commencez à écrire...

« Au mois de décembre, j'aime... 📺, 📺, 📺 »

🌟 N'hésitez pas à partager vos listes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite





**#Avent2021fetm
J-23**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

2 décembre – Offrir un souvenir

Offrir un souvenir

 Les fêtes de fin d'année sont l'occasion de se retrouver, de partager et de se replonger dans les souvenirs de Noël 

Aujourd'hui, nous vous invitons à déposer un souvenir de Noël au pied du sapin .

 Pour ce cadeau, vous pouvez...  Prendre un moment pour replonger dans ce souvenir et l'écrire. Et pourquoi ne pas commencer par « Il était une fois » ?

Installez-vous confortablement, en compagnie de votre boisson préférée  . Du côté de l'hémisphère nord, sans doute un thé ou un chocolat chaud. Ici, à La Réunion, plutôt un jus de mangue ou d'ananas  .

Laissez-vous porter et peut-être écrirez-vous quelques lignes ou un peu plus  .

 Notre petit « truc » pour évoquer les souvenirs : faire appel à vos sens – une odeur, un son, une saveur de ce moment-là.

Puis, selon le temps dont vous disposez,

 vous pouvez recopier votre souvenir sur de jolis papiers glissés dans de belles enveloppes à déposer sous le sapin .

 Ou raconter votre souvenir en le lisant à vos proches au moment de la remise des cadeaux le 24 ou le 25 .

 Nous imaginons déjà la joie et la curiosité des plus jeunes à lire ou écouter votre souvenir et à vouloir en savoir un peu plus...

 Et qui sait si vous ne prendrez pas goût à déposer vos souvenirs sur du papier pour les partager ?

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #souvenirs





**#Avent2021fetm
J-22**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

3 décembre – La plus belle bûche de Noël

La plus belle bûche de Noël

La bûche de Noël. Tout un roman à elle seule...

 De la bûche à la crème au beurre un peu malheureuse de la cantine

 à la bûche pâtissière cuisinée avec amour

 en passant (glissant) sur la bûche glacée qui a fondu...

Et si nous imaginions notre bûche de rêve ! Un rêve à paillettes, un rêve drôle, et pourquoi pas... un rêve en demi-teinte ?

Une bûche, ce sont évidemment :

 des ingrédients et ustensiles,

 un savoir-faire,

 mais aussi des circonstances, des personnes avec qui la partager...

Alors, écrivons ensemble la « recette » de notre bûche de rêve. Vous pouvez l'écrire sous forme de recette classique et numérotée... ou pas !

Vous pouvez, si le cœur vous en dit l'illustrer, par exemple par des collages découpés dans des magazines de cuisine (ou les trop nombreuses publicités qui encombrent nos boîtes aux lettres en ce moment).

 N'hésitez pas à partager vos recettes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite



J.....

O.....

J.....

#Avent2021fetm
J-21

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

4 décembre – À toi...

À toi...

Les fêtes, c'est l'occasion de penser à ceux que l'on voit tous les jours, mais aussi à ceux qui sont très loin (ou partis 🕯️) et que l'on ne voit pas (ou plus 🕯️).

😊 Des vœux sur une carte cadeau, c'est un petit présent en plus, une petite attention qui montre qu'on a pris le temps. Et finalement aujourd'hui, quoi de plus précieux que le temps ? 😊

✍️ Alors, aujourd'hui, nous vous invitons à adopter la forme de l'acrostiche pour imaginer ce que vous écrirez sur la carte cadeau d'une personne en particulier. ✍️

Notez les lettres de son prénom à la verticale et pour chacune de ces lettres, choisissez avec soin un mot ou une expression exprimant pourquoi cette personne est si importante pour vous...

🎀 Vous aurez ensuite la possibilité de recopier joliment ce petit poème (et oui, vous avez écrit un poème, l'air de rien...) sur une carte décorée ou achetée, ou un simple bout de papier, car soyez-en sûrs, quand on offre de la poésie, le support et les paillettes importent peu. 🎀

🌟 N'hésitez pas à partager vos poèmes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bien-être #feelgood #écrituremanuscrite
#calligraphie #poésie





**#Avent2021fetm
J-20**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

5 décembre – Haïku d'avent fête

Haïku d'avent fête

 Ceux qui fréquentent cette page le savent déjà : nous adorons les haïkus, ces petits poèmes japonais qui figent l'instant ! Pour les autres, voici venu le moment de découvrir cette forme très courte. 

 Le haïku est un poème en 3 vers. Le canon veut que l'on y évoque la nature, l'instant et une sensation ou une émotion.  Nous vous proposons pour continuer notre cheminement créatif de l'avent de vous essayer à la création de haïkus. En voici deux de notre invention :

De la terrasse,
Géants rouges en fête.
Décembre flamboie. 
(version été austral)

De ma fenêtre,
Je veille les flocons blancs.
Silence feutré. 
(version hiver)

 A partir de ces poèmes, vous pouvez créer votre propre petit poème, à inscrire au dos d'une carte de vœux simplement en pratiquant le *tensaku*.  Choisissez votre poème préféré et changez-en un ou deux vers à votre guise. Vous pouvez reproduire le jeu autant de fois que vous le souhaitez jusqu'à obtention d'un bouquet de haïkus ! 

Envie de découvrir plus de haïkus ? Mélissa vous propose son album des haïkus du lundi : <https://tinyurl.com/haikusdulundi>

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite
#calligraphie #poésie



A white card is placed on a dark wooden surface. To the left of the card is a silver, snowflake-shaped Christmas ornament and a black circular ornament. A thin branch with white berries is draped across the top left. A red Christmas ball is visible on the right edge. The card has handwritten text in French.

*Mes objets préférés pour les fêtes
de fin d'année :*

#

#

#

**#Avent2021fetm
J-19**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

6 décembre – Ma petite liste d’objets

Ma petite liste d’objets

✂ Peut-être comme Mélissa et Frédérique avez-vous une petite tendance à avoir de (trop) nombreux objets fétiches ? Et au mois de décembre, une furieuse envie de les sortir pour les offrir aux regards ? ✂

📁 Même si vous êtes quelqu’un de raisonnable ou peu matérialiste, 📁 vous avez probablement au moins 4 objets qui vous tiennent à cœur et que vous aimez avoir près de vous ou sous les yeux en décembre, 📁 ou peut-être simplement y penser parce que ces choses-là vous rappellent des moments précieux !

Nous vous invitons donc à ✂ lister en mots, puis en ✂ dessins ou ✂ collages si le cœur vous en dit, vos objets préférés de décembre. Quatre, ou plus. Vous pouvez également expliciter en quelques mots pourquoi ces choses-là précisément !

✂ N’hésitez pas à partager vos listes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✂

📁 Vous aimez les listes ? On vous proposera pendant l’avent 3 thèmes de liste, et vous pouvez en retrouver plusieurs dans notre groupe d’écriture hebdomadaire L’instant Plume ! 📁

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #calligraphie #poésie





#Avent2021fetm
J-18

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

7 décembre – Ritournelle de Noël

Ritournelle de Noël

 Et si vous chantonniez une ritournelle de Noël ? Une petite rengaine qui vous trottera joyeusement dans la tête pendant les fêtes  et que vous aurez peut-être envie de fredonner en chœur  en famille, avec vos amis ou collègues  ? Pas besoin d'être musicien ou musicienne pour écrire une ritournelle   ! Et chez F et M, nous savons que rien ne vaut une petite ritournelle pour remplir de gaieté une journée   ! Il vous suffit de vous offrir une petite pause créative   entre deux rendez-vous , à l'heure du déjeuner   ou en soirée sous un beau clair de lune , pour imaginer et écrire votre ritournelle .

Puisque ritournelle  et Noël  riment si bien ensemble, notez quelques mots en "el - elle - aile" sur une feuille de papier , puis écrivez deux ou trois phrases avec ces mots  !

Le tour est joué  ! Vous pouvez commencer à fredonner et à partager votre ritournelle .

 Et pour vous inspirer : éternel, marelle, violoncelle...

 Puis, si le cœur vous en dit :

 vous pouvez recopier votre ritournelle sur de jolis papiers glissés dans de belles enveloppes à déposer sous le sapin  .

#créativité #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #ritournelle
#écriturecreative





**#Avent2021fetm
J-17**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

8 décembre – Boule de poème

Boule de poème

✂✎ Un projet plus ambitieux, Noël approche, et le mercredi tout est permis. Si vous mettez des petits morceaux de papier partout sur vos tapis et retrouvez le chat enroulé dans la ficelle, vous pourrez venir vous plaindre ici, mais venez aussi partager avec nous vos belles réalisations ! 🐱

Pour réaliser la boule de poèmes, il vous faut :

- La maquette imprimée (image ci-après) ou des bandes de papier de 14 * 2,5 cm environ
- Une ficelle, un ruban ou autre de 20 cm de long
- De l'imagination pour une poème en rimes (ou sans) ou une simple liste de mots précieux

📎 Si vous en avez : du papier de couleur, des feutres métallisés ou tout autre article de décoration. 🔑

✨ N'hésitez pas à partager vos poèmes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✨

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #artscréatifs #poésie #aveclesmains



1

Ecrire votre poème sur les bandes de la maquette



2

Découpez et perforez (sur la croix)

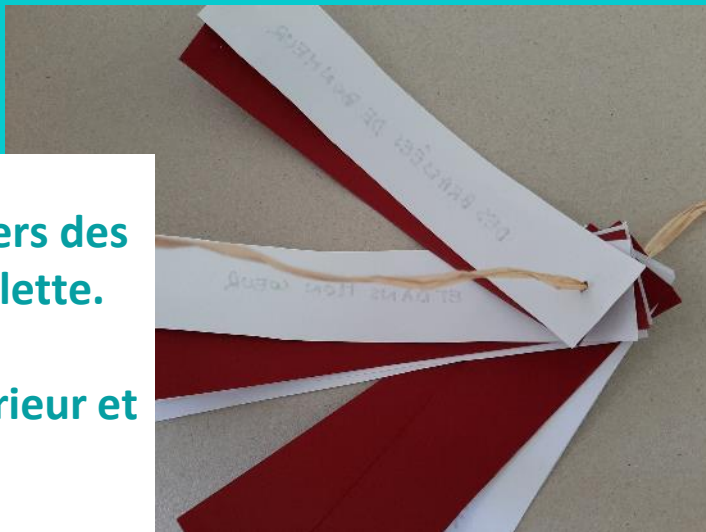
Ajoutez à votre guise des bandes de couleur de la même taille (jusqu'à 4)



3

Passez le fil ou ruban au travers des trous sur un côté de la bandelette.

Arrêtez par un nœud à l'extérieur et à l'intérieur (côté non écrit).



4

Faites un nouveau nœud à 6 cm environ du nœud intérieur.



5

Passez à nouveau le fil ou ruban au travers des trous sur l'autre côté de la bandelette.

Arrêtez par un nœud à l'extérieur.
Dépliez ensuite comme un éventail.



Tadaaam !



Boule de poème – maquette à imprimer et découper

×	×	×	×	×	×	×
×	×	×	×	×	×	×





**#Avent2021fetm
J-16**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

10 décembre – 🎁 Mon premier cadeau 📺

🎁 Mon premier cadeau 📺

Vous souvenez-vous de votre premier cadeau de Noël 🧑 ? Ou plutôt de quel premier cadeau 📺 vous souvenez-vous car il arrive que nos souvenirs ne remontent pas à notre premier Noël 😊 !

Et, à propos, ce premier cadeau 🎁, l'aviez-vous découvert au pied du sapin 🌲 ou en vous hissant sur la pointe des pieds jusqu'en haut de l'armoire dans la chambre de vos parents, l'avant-veille de Noël 😊 ?

Frédérique et Mélissa ont une formule magique ✍️ pour faire revenir les beaux souvenirs : "Je me souviens..." à la manière de l'auteur Georges Pérec 📖 que vous avez peut-être déjà lu.

Je me souviens de mon premier cadeau 📺... Nous vous laissons écrire la suite sur une feuille de papier ou un clavier selon vos goûts ✍️ 💻.

😊 Savez-vous qu'en atelier d'écriture créative, on a toute la liberté d'inventer nos souvenirs ? Alors pourquoi ne pas imaginer un cadeau extraordinaire 📺 ✨ tout droit sorti de votre imaginaire ✍️ ?

🌟 N'hésitez pas à partager vos premiers cadeaux en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #cadeau #souvenir





**#Avent2021fetm
J-15**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

10 décembre – Une potion magique pour des fêtes enchantées

Une potion magique pour des fêtes enchantées

 Philtres d'amour, potion pour une digestion facilitée, élixir pour oublier les sujets de politique et de religion à table à Noël... les potions indispensables pour les fêtes ne manquent pas !

Mais pour qu'une potion fonctionne bien, le plus important...

- * l'intention de la potion
- *  les ingrédients,
- *  les ustensiles,
- *  les incantations
- *  les naïfs qui les boivent...

 Alors, à vous d'imaginer... en gardant si besoin votre touche secrète  ... la potion que vous aimeriez servir pour des fêtes enchantées, sa recette et son destinataire !

 Envie de rire en famille ? Faites participer vos enfants (ou petits-enfants en visio) à la création de votre potion : vous verrez que les enfants ont beaucoup moins de freins que nous quand il s'agit d'ingrédients... spéciaux ! 

✧ N'hésitez pas à partager vos potions en commentaire ou sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✧

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite
#artscréatifs #poésie #humour #mauvaissort





#Avent2021fetm
J-14

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

11 décembre – Il y a là...

Il y a là

☂ A chaque Noël, il nous plaît de taquiner nos amis de l'autre hémisphère sur notre soleil brûlant, nos longues journées éclatantes et nos fruits tropicaux abondants. ☂ Pourtant, la saison froide en zone tempérée a aussi ses charmes ☂ ...

Pour notre proposition du jour, nous vous convions à répondre à la strophe suivante ☂ (vaguement inspirée de la chanson de Vanessa Paradis que Mélissa affectionne, « Il y a ») en indiquant les charmes ☂ que vous préférez pour la saison dans laquelle vous êtes ! Nous aurions grand plaisir d'ailleurs à lire des strophes venues de Nouvelle Zélande ☂, du Mexique ou du Québec ☂ !

« Il y a là les letchis
Le soleil, les pluies tropicales
Qui rythment l'été.
Il y a là les nuits étoilées
de la saison australe
Quand s'allongent nos jours. »

☂ N'hésitez pas à partager vos strophes en commentaire ou sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ☂

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite
#artscréatifs #poésie #humour #saison





**#Avent2021fetm
J-13**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

12 décembre – "🌸 Avents fleuris, abondance de fruits 🍊"

"🌸 Avents fleuris, abondance de fruits 🍊"

Et vous, quels fleurs 🌸 et quels fruits 🍊 vous évoque ce dicton de l'Avent ?

🌍 Du côté de l'hémisphère nord, la salade de fruits aura plutôt les saveurs de l'orange, de la clémentine et du kiwi 🍊🍌. 🌍 A La Réunion, elle aura les couleurs des letchis et des mangues 🍌 avec une légère touche de notre délicieuse vanille 🍌.

📸 Maintenant que vous avez l'eau à la bouche de ces fruits d'ici ou d'ailleurs 🌍, nous vous invitons à trouver l'inspiration 🌸 grâce à la photo partagée ici et à lui donner un titre.

🌸 Offrez-vous une pause pour admirer cette photo et laissez votre imagination faire le reste pour écrire un, deux ou trois mots qui seront son titre ✍️. Et qui sait si ce titre ne vous emportera pas plus loin ? A écrire un poème ou une jolie histoire de fruits de l'Avent 🍊🍌... ou à illustrer vos fruits de décembre préférés ✍️ 🤪 pour de belles cartes de vœux à envoyer 📧.

🍊🍌 Nous avons hâte de lire vos titres qui nous mettront, sans nulle doute, l'eau à la bouche 😊.

🌸 N'hésitez pas à partager vos titres en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌸

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bien-être #feelgood #écrituremanuscrite #fruitsdenoël #fruitsdesaison #fruitsexotiques



**#Avent2021fetm
J-12**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

**#Avent2021fetm
J-12**

With all

for Christmas and the New Year

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

Happy

#Avent2021fetm
J-12

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative



#Avent2021fetm
J-12

With all

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

for Christmas and
the New Year

Happy

13 décembre – Fêtes en couleurs

Fêtes en couleurs

 Et si l'on déclinait l'arc-en-ciel de nos fêtes ? Chacun, à notre façon, nous associons des couleurs ou des effets colorés (paillettes et autre métaux) aux fêtes. A la décoration, aux tables, aux cartes, mais aussi à la convivialité !

Pour cette invitation à écrire, laissez-vous donc guider d'abord par les sept couleurs de l'arc-en-ciel : rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo et violet et associez chacune de ces couleurs à un objet, un concept ou une émotion autour des fêtes.

Sentez-vous ensuite libre d'ajouter à votre liste, autant de paillettes, dorées ou argentées que vous le souhaitez !

Une liste que vous pourrez agrémenter d'un dessin ou une création à la peinture en arc-en-ciel (voir la couronne fleurie de L'eau Bleue par exemple :

<https://www.instagram.com/reel/CTe5eT6AC5j/>) et l'offrir ou l'envoyer pour les fêtes !

 N'hésitez pas à partager vos poèmes colorés en commentaire ou sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #artscréatifs #poésie #humour #saison



A wooden table is set for a meal. In the foreground, there's a wooden board with skewers of corn, tomatoes, and olives. Next to it is a plate of melon slices topped with prosciutto. In the background, there are more dishes, including a red pan with food and a black pan with corn and tomatoes. Glasses of white wine are also visible.

#Avent2021fetm
J-11

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

14 décembre – Délices en fête

Délices en fête

🍷🍷 Les fêtes sont souvent synonymes de gourmandise, parfois d'abus, et peut-être cette année avec notre contexte « compliqué », parlera t-on de sobriété jusque dans nos menus de Noël ? Après tout pourquoi pas ? 🍷🍷

Aujourd'hui, nous vous proposons d'imaginer un menu de fêtes à votre loisir. Laissez voguer votre imaginaire et n'hésitez pas à varier les plaisirs, mélanger les saveurs et remuer les idées préconçues ! Et si vous avez envie d'y glisser quelques gouttes de votre potion concoctée la semaine dernière... pourquoi pas ? Apéritif, entrée, plat, dessert et boissons, composez une sérénade gourmande à partager. Si vous souhaitez une inspiration un brin à l'eau de rose, cliquez ici => <https://www.events-tour.com/pages/idees-d-appellations-pour-menu/idees-d-appellations-pour-les-entrees.html>)

Bien entendu, sentez-vous libres d'illustrer ou calligraphier votre menu... et de le cuisiner !

🌟 N'hésitez pas à partager vos menus en commentaire ou sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #artscréatifs #poésie #humour #saison





#Avent2021fetm
J-9

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

16 décembre – 📖 Tourner les pages

📖 Tourner les pages

Au mois de décembre, les jours continuent à tomber les uns après les autres comme pour nous emmener doucement vers la nouvelle année 🗓️.

Mais, avant cela, pour nous préparer à tourner la page 📖, nous fêtons Noël 🎅.

📖 Frédérique et Mélissa déposent très souvent des livres 📖 sous le sapin 🎄❤️. Des livres que, parfois elles ont lus, et qu'elles ont envie d'offrir et de partager avec leurs proches 📖.

Et, dans ces livres, elles glissent un petit marque-page fait main et personnalisé, avec une illustration 😊 et quelques mots ✍️.

Pour offrir vos coups de cœur ❤️ de lecture, nous vous invitons à les accompagner de jolis marque-pages. Vous pouvez choisir l'origami avec un beau papier japonais 📖 - vous trouverez des tutos sur internet. Mais le plus simple, si vous manquez de temps -qui file si vite, c'est de découper un rectangle dans un papier cartonné ✂️ qui deviendra marque-page grâce à un petit dessin côté face et quelques mots côté pile ✍️.

Pour le petit mot, vous pouvez recopier une phrase extraite du livre que vous offrez 📖, une citation sur la lecture ou, pourquoi pas, quelques mots de votre cru. Si vous choisissez de laisser parler votre imagination, laissez-vous inspirer par les mots pages - partage - glisser - lecture et précieux 😊.

🌟 N'hésitez pas à partager les mots écrits sur votre marque-page en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟

#créativité #Aventfetm2021 #écriturecréative #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #cadeau #lecture #marquepagefaitmain #Noël





JOKER



#Avent2021fetm
J-10

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

14 décembre – Le temps gris... vois-tu venir les blagues de Tonton ?

Le temps gris... vois-tu venir les blagues de Tonton ?

Nous allons aujourd'hui vous proposer une réponse aux mauvaises blagues de Tonton. Ces blagues qu'il ressort à chaque Noël et qui ne sont toujours pas drôles ! Et si pour changer, vous lanciez un concours de limericks ?

Les limericks sont de petites poésies légères irlandaises, humoristiques, parfois grivoises, elles prêtent à rire et permettent de se moquer, plus ou moins gentiment des travers des uns et des autres.

Voici un exemple bien connu de limerick (extrait d'un article de Lexpress) :

Une dame au bord du Nil
S'amuse avec un crocodile,
Lui lance des pierres
Avec un lance-pierre
Et l'animal croque... Odile. 🐊

👉 Vous y voyez la trame du poème, il vous faut donc 5 vers (5 lignes, quoi !) et un schéma de rimes AABBA (ici le son « il » représente A et le son « èr » représente B, mais faites bien comme vous voulez ;-), un personnage dont vous avez envie de vous moquer... A tout hasard, Tonton 🤪 ? Et c'est parti !

Alors, envie de vous essayer à *limerick'er* avec nous ? 😊

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite
#artscréatifs #poésie #humour #saison





**#Avent2021fetm
J-8**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

18 décembre – Inven'Terre 🌍

Inven'Terre 🌍

Frédérique et Mélissa aiment envoyer des cartes de voeux, des "vraies" cartes, celles que l'on glisse dans une boîte aux lettres 📬. Peut-être préférez-vous envoyer vos vœux via des mails ou une publication sur les réseaux sociaux 📱 ?

Le mode d'envoi importe peu finalement 😊. Ce qui compte c'est l'attention, le temps que l'on prend, que l'on offre 💖 pour créer une carte, qu'elle soit de papier ou numérique, et choisir les mots ✍️.

📱📧 Mais nous avons encore un peu de temps pour cela, jusqu'à fin janvier comme le veut la tradition.

Et, si nous commençons par envoyer nos voeux à notre Terre, notre planète bleue 🌍 ?

Nous vous proposons d'écrire votre Inven'Terre sous la forme d'un inventaire 😊, d'une petite liste de ce dont vous rêvez pour notre belle planète 🌱🐼🐦. Prenez un moment pour "repartir" vers des lieux naturels que vous aimez tout particulièrement 🌊🏠🏔️, des lieux que vous connaissez 🗺️🏞️, que vous avez peut-être découverts à travers une lecture, un film, un reportage 📖🎬... ou des lieux imaginaires qui peuplent vos plus beaux rêves ✍️🌙.

Puis commencez par écrire "Mon inven'Terre", sur une feuille de papier, dans un joli carnet ou sur un clavier, et laissez venir vos souhaits, vos voeux pour écrire votre liste 📝.

✨ N'hésitez pas à partager votre Inven'Terre en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✨

#créativité #Aventfetm2021 #écriturecréative #bien-être #feelgood #écrituremanuscrite #voeux #terre #nature #écologie





#Avent2021fetm
J-7

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

19 décembre – Cristaux de neige ❄️ et de sel 🧂.

Cristaux de neige ❄️ et de sel 🧂.

📖 Avez-vous lu, ou plutôt savouré, "Le Sel de la Vie" de Françoise Héritier ? Ce "petit" livre, par le nombre de pages (à peine 100 📖) est le "grand" livre de chevet de Frédérique et Mélissa 📖. Il les accompagne également dans certains de leurs ateliers d'écriture créative ✨.

C'est un livre dans lequel on peut picorer après l'avoir lu d'une traite 😊. Mais laissons l'autrice nous en parler avec cet extrait de la 4ème de couverture :

"Il y a une forme de légèreté et de grâce dans le simple fait d'exister, au-delà des occupations, au-delà des sentiments forts, au-delà des engagements, et c'est de cela que j'ai voulu rendre compte. De ce petit plus qui nous est donné à tous : le sel de la vie".

🧂 Voici quelques pincées du Sel de la Vie de Françoise Héritier piochées ici et là dans son livre : "chuchoter au téléphone, prendre des rendez-vous des années à l'avance, craquer des allumettes, somnoler à une conférence ennuyeuse...".

❄️ Que votre mois de décembre se passe sous la neige ou sous le soleil ☀️, nous vous invitons à saupoudrer une feuille ou votre clavier du Sel de votre Vie de ce dernier mois de l'année. Ecrivez tout simplement la liste de vos petits et grands bonheurs de ces dernières semaines comme autant de petits cristaux de sel qui brillent ❄️ ❄️ tel le joli sapin de notre photo.

✨ N'hésitez pas à partager vos listes en commentaire ou sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✨

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bien-être #feelgood #écrituremanuscrite #saison #seldelavie #petitsbonheurs #grandsbonheurs





**#Avent2021fetm
J-6**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

19 décembre – L'eau à la bouche 🍷🍰🍲🔍

L'eau à la bouche 🍷🍰🍲🔍

Si vous suivez ce calendrier de l'Avent créatif depuis le 1er décembre, vous avez vu que Frédérique et Mélissa sont des gourmandes 😊🍰 !

Pour ce Jour-6, elles ont hésité entre les 13 desserts de Noël provençaux (miam le nougat 🍷, les fruits confits 🍷 et les 11 autres...) et les biscuits de Noël alsaciens (miam 😊 la cannelle 🍰 et les bretzels sucrés 🍷). Mais elles n'ont pas pu résister à l'appel des contes de leur enfance 📖 et à la maison en pain d'épices d'Hansel et Gretel. Certaines versions du conte des frères Grimm racontent comment les deux enfants se régalaient des fenêtres en sucre glace ☁, de la cheminée en sucre d'orge 🔍 et des murs en pain d'épices 📖.

Cette maison a bercé beaucoup de rêves d'enfants tant elle mettait l'eau à la bouche 😊 et tant on aurait aimé la découvrir à l'orée d'une forêt 🌲🌲.

Nous vous invitons à une pause gourmande et voyageuse, à choisir, ou à ne pas choisir, entre les 13 desserts provençaux, les biscuits de Noël alsaciens ou le pain d'épices pour écrire votre liste de desserts de Noël 🍷🍰🍰🍰🔍🍷 : ceux que vous dégusterez lors des fêtes et ceux sortis de votre imagination la plus gourmande 😊🌟.

Une seule "obligation" : nous mettre l'eau à la bouche 😊 !

📖 Et prenez un moment pour relire le conte des frères Grimm 📖.

🌟 N'hésitez pas à partager vos listes de desserts en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟
#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bien-être #feelgood #écrituregourmande
#dessertsdenoël #13dessertsprovencaux #biscuitsdenoel #biscuitsalsaciens
#gourmandisesdenoel



A wide-angle photograph of a snowy mountain landscape. In the foreground, a vast, flat expanse of snow is covered with small, dark rocks and patches of snow. Two large, dark evergreen trees are visible on the left and right sides of the frame, their branches heavily laden with snow. In the background, a range of mountains is visible under a sky filled with soft, golden clouds, suggesting a sunset or sunrise. The overall scene is peaceful and serene.

**#Avent2021fetm
J-5**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

20 décembre – J'écris ton nom

J'écris ton nom

✿ Ce jour du 20 décembre est un peu spécial pour Frédérique et Mélissa. En effet, s'il est bien 5 jours avant Noël, il est aussi la date choisie pour commémorer à La Réunion l'abolition de l'esclavage ! En effet, c'est un 20 décembre que Sarda Garriga, administrateur colonial français, proclama l'abolition de l'esclavage sur notre île. Pour célébrer cette date, nous vous invitons donc à vous remémorer le poème de Paul Eluard, Liberté que vous pourrez lire sur cette page => <https://www.poetica.fr/poeme-279/liberte-paul-eluard/> ✿

✍ Et pour honorer cette date tout en convoquant l'esprit des fêtes, nous vous invitons à choisir un mot-clé, un mot-honneur que vous écririez dans la belle neige de la photo (ou sur le sable si vous vivez à La Réunion...) ! ✍

🕯📖 Pour en savoir plus sur l'histoire de l'esclavage à La Réunion, vous pouvez lire la nouvelle publiée par Mélissa en feuilleton sur son compte Instagram => <https://www.instagram.com/explore/tags/souslesfrangipaniers/?hl=fr> 🕯📖

✿ N'hésitez pas à partager vos mots ou photo de mots tracés sur le support de votre choix en commentaire ou sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✿

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite #hommage #patrioine #histoire #poésie #humour #saison





**#Avent2021fetm
J-4**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

21 décembre – Faire rimer la famille et les amis 🏠

Faire rimer la famille et les amis 🏠

- ✎ Mon cousin Bruno
- ✎ Vient de Sao Paulo
- ✎ Avec son traîneau.

Et si pour Noël, on réunissait la famille à la façon de Jacques Charpentreau, même ceux qui vivent dans l'autre hémisphère 🌍 et ceux partis vers les étoiles ✎ ?

Connaissez-vous "La réunion de famille", poème de Jacques Charpentreau ?

😊 "Ma tante Agathe

Vient des Carpates 😊

😊 A quatre pattes".

😍 Pour réunir vos proches, il vous suffit de faire rimer prénom, lieu et moyen de locomotion sans hésiter à imaginer le plus loufoque 😊 ! Vous pouvez écrire une strophe pour chacun de vos invités et les déposer sur la table de Noël 🏠. Et quel merveilleux jeu d'ambiance 😊 pour le réveillon loin des discussions autour de l'actualité 😊 ! Vous verrez, les enfants vont adorer !

Et pourquoi pas vous inspirer de ce petit jeu d'écriture pour vos cartes de voeux 📬 ?

Parce que Frédérique et Mélissa aiment avant tout partager l'écriture joyeuse, nous vous invitons à nous rejoindre pour notre atelier en ligne gratuit, le 16 janvier 2022 à 17 h (heure de Paris) : <https://tinyurl.com/fetm-ateliergratuit>

✨ N'hésitez pas à partager vos strophes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✨

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écriturejoyeuse #tabledenoel #poème #avent2021



A small, decorated snowman figurine is the central focus, standing in a snowy landscape. The snowman has a white body, a red knitted hat with a white pom-pom, and a green quilted scarf. Its face is made of white material with black dots for eyes and a smiling mouth, and a red nose. It is holding a small, round, brown cookie with white icing and chocolate chips in its right hand. The background is a soft-focus winter scene with snow-covered ground, a cinnamon stick on the right, and dark, out-of-focus branches in the upper left. A white speech bubble with a teal border is positioned in front of the snowman's lower body.

#Avent2021fetm
J-3

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

22 décembre – Sourires en fête 😊 🎄

Sourires en fête 😊 🎄

😊 Et si les sourires - et les rires 😄 - étaient les plus belles décorations de nos tables de Noël 🎄 ?

📖 Nous partageons avec vous cette citation de Jean-Marie Gustave Le Clézio extraite de son essai "L'inconnu sur la terre" paru chez Gallimard en 1978.

😊 "J'aime le sourire sur le visage des enfants, des femmes. Il n'y a pas d'expression plus belle. Il n'y a rien de plus vrai sur le visage humain, rien de plus doux, de plus harmonieux dans la personne humaine. Le sourire vient du plus profond de l'être, du monde du sommeil peut-être, et monte, traverse le corps lentement à la manière d'un frisson de plaisir, jusqu'à l'orée de la bouche".

Et, avez-vous comme nous, appris encore plus à sourire 😊 avec les yeux 👁️, masqués que nous sommes parfois ?

✍️ Nous vous invitons à écrire quelques mots, ou un peu plus, à partir du début de la citation : 😊 "J'aime le sourire...".

Si l'envie vous prend d'écrire un poème en rimes, voici notre petite astuce : commencer par écrire une petite liste de mots 📝 rimant avec sourire : soupir, partir, guérir, rire... Et vous verrez combien c'est magique d'écrire ✍️ avec votre plus beau sourire ❤️.

🎄 Pour décorer votre table de Noël des plus beaux rires et sourires 😊, reportez-vous à notre idée du 21 décembre.

🌟 N'hésitez pas à partager vos mots-sourire en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 🌟
#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écriturejoyeuse
#tabledenoel #poème #avent2021 #rire



A close-up photograph of a tabby cat with brown, black, and white fur, looking intently at a white ceramic cat figurine. The figurine is a stylized, rounded cat sitting down. In the background, there is a red woven basket and a white box with a red and white patterned paper sticking out of it. A speech bubble with a teal border is overlaid on the image, containing the text "#Avent2021fetm J-2".

**#Avent2021fetm
J-2**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

23 décembre – Si comme Maya 🐱...

Si comme Maya 🐱...

Vous attendez le réveillon avec impatience, que diriez-vous de faire rimer Noël 🧑🏻 ?

Noël approche à grands pas et vous êtes certainement affairés :

🍳 à cuisiner,

📦 à emballer les cadeaux - avec du papier recyclé ou de beaux tissus,

🚀 à voyager pour rejoindre vos proches

🎄 ou à réaliser la boule de poème du J-17 de notre calendrier de l'Avent.

🕒 Nous vous invitons donc à une pause créative ✨ qui ne vous prendra que quelques minutes aujourd'hui : fêter la magie de Noël en faisant rimer le mot Noël avec des mots en elle, aile, el 🐦 et les partager, ici, en commentaire ✍️.

Maya 🐱, qui a rejoint l'équipe de F et M en février, aura grand plaisir à vous lire 😊.

Et qui sait, si vos mots partagés ici n'inspireront pas l'écriture d'un joli poème ✨ ?

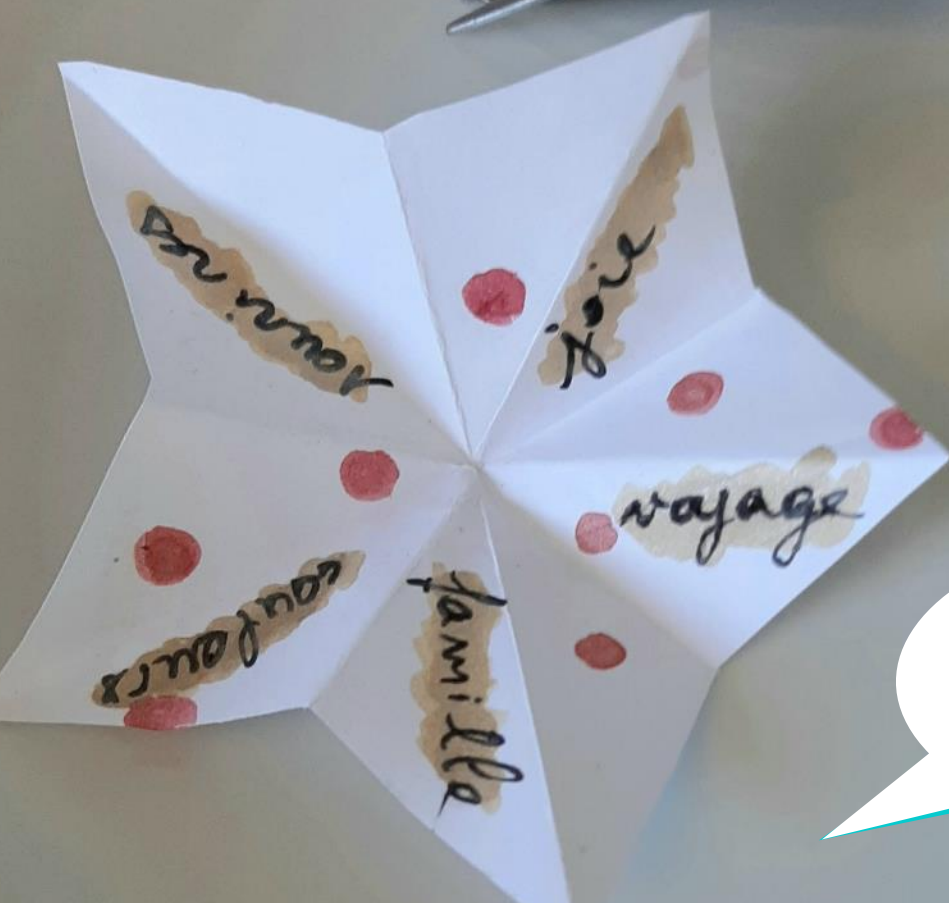
💖 Ecrire ensemble fait partie de la magie de l'écriture créative et de nos ateliers. Pour découvrir cette magie ✨, nous vous invitons à notre atelier découverte en ligne gratuit 📦, le 16 janvier 2022 à 17 h (heure de Paris) : <https://tinyurl.com/fetm-ateliergratuit>

✨ N'hésitez pas à partager vos rimes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✨

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écriturejoyeuse
#rimes #poème #avent2021 #doittogether #ecrireensemble #Chat

Photo : Frédérique Guillaumat et carte sur la photo : Julie Bouchard





**#Avent2021fetm
J-1**

Frédérique & Mélissa | Ecriture créative

24 décembre – L'étoile de vœux

L'étoile de vœux

🕯️ ✨ Pour le 20 décembre déjà, nous vous avons invité à choisir un mot important pour vous, un mot phare, que vous souhaitiez partager. Pour ce dernier jour avant Noël, nous vous proposons une réflexion créative encore différente... 🕯️ ✨

📁 Choisissez un ou plusieurs destinataires à qui vous offrirez le résultat de votre création.

📁 Créez en suivant le tutoriel d'Adeline Klam une étoile origami ✂️ 📌 :
<https://adelineklam.com/blogs/blog/tuto-letoile-plate-a-5-branches-en-origami>

📁 Pendant tout le temps de la création, pensez à cette ou à ces personne(s) et à ce que vous avez envie de leur offrir à Noël (en imaginant que vous ayez des super-pouvoirs) qui ne soit pas vraiment matériel

📁 Quand vous aurez terminé l'étoile, écrivez en 5 mots les vœux ou présents choisis.

📁 Vous pouvez :

📁 la déposer dans l'assiette de la personne si elle est présente à votre table,

📁 la suspendre au sapin si ce sont des vœux plus généraux... ou

📁 la glisser dans une enveloppe à remettre discrètement.

✨ N'hésitez pas à partager vos rimes en commentaire ou les photos de vos productions sur vos comptes Facebook et Instagram avec le tag #Aventfetm2021 ✨

#créativité #Aventfetm2021 #écritureludique #bienêtre #feelgood #écrituremanuscrite
#hommage #patrioine #histoire #poésie #humour #saison



*Merci d'avoir suivi le
fil de nos propositions
créatives. À vos stylos,
crayons, ciseaux et
pinceaux maintenant !*

***Rdv sur notre
site pour décou-
vrir nos offres et
vous inscrire :***



Frédérique & Mélissa | Ecriture créative