

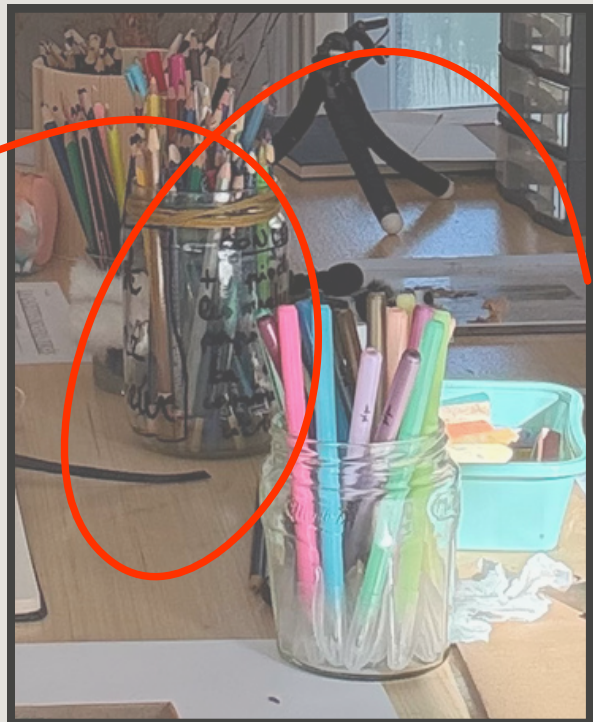
Novembre 2025



LA GAZETTE DES FILS TIRÉS

FRAGMENTS D'AUTOMNE:
perdre, recoller, renaître

QUAND LES FEUILLES TOMBENT,
LES ÉMOTIONS REMONTENT.



CRÉER, ÇA FAIT DU BIEN. CRÉER, ÇA CRÉE DU LIEN.

SANDRA

Novembre 2025

LA GAZETTE DES FILS TIRÉS

FRAGMENTS D'AUTOMNE...

Parce qu'à chaque saison, il y a un fil qui se défait... et un autre qui se tisse.

L'ART DE PERDRE SANS SE PERDRE

ON NOUS APPREND À RÉUSSIR, RAREMENT À LAISSER TOMBER.

POURTANT, SAVOIR PERDRE, C'EST UNE FORME D'ART.

IL FAUT DU COURAGE POUR NE PLUS S'ACHARNER, POUR POSER UN GESTE QUI DIT : STOP, LÀ, C'EST ASSEZ.

EN ATELIER, J'AI VU DES FEMMES RECOLLER DES MORCEAUX DE PAPIER DÉCHIRÉS AVEC DES LARMES DANS LES YEUX.

ET À LA FIN, LE COLLAGE RACONTAIT MIEUX LEUR HISTOIRE QUE N'IMPORTE QUELLE PERFECTION.

PEUT-ÊTRE QUE CRÉER, C'EST ÇA :

NE PAS CACHER LA FISSURE, MAIS LUI DONNER FORME.

Petite confidence

"JE NE SAIS PAS CRÉER QUAND JE ME SENS VIDE."

J'ai répondu :

"C'EST JUSTEMENT LÀ QUE TU PEUX CRÉER SANS VOULOIR REMPLIR.

LAISSE LE VIDE RESPIRER, ET VOIS CE QU'IL DÉPOSE SUR TA FEUILLE."

NOVEMBRE N'EST PAS UN MOIS TRISTE.

C'EST UN MOIS QUI ÉCOUTE.

CE QUI TOMBE AUJOURD'HUI

NOURRIRA LE PRINTEMPS.



INVITATION CRÉATIVE

✂ Prends une feuille blanche.

Découpe dans un vieux magazine des images ou des mots qui parlent de "fin", de "fatigue", de "vide".

Colle-les au hasard.

Puis écris au centre, en grand :

"Ce que je garde."

Observe ce collage.

C'est ton fil de novembre.

ICI, ON CRÉE POUR SE RETROUVER. MERCI D'AVOIR TIRÉ UN FIL AVEC MOI, JUSQUE-LÀ.