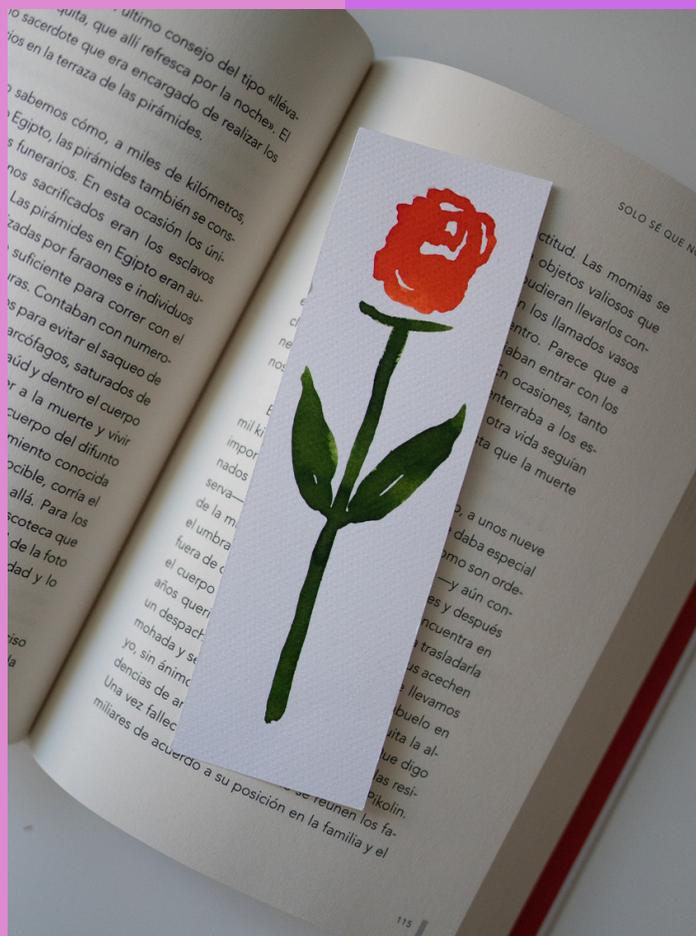


Art-thérapie : La créativité pour les grands et les petits



MARQUE PAGE

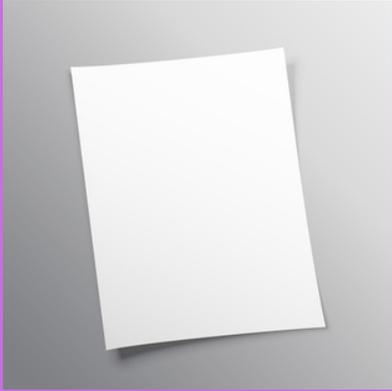
Septembre 2022



By Question des Qi Libres

N°1

Le matériel



Une feuille
de dessin



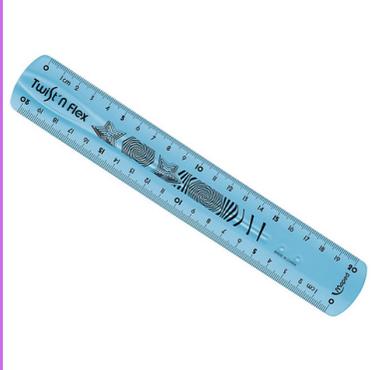
Un crayon HB



Une gomme



Ciseaux



Une règle



Crayons de couleur, feutres ou gouache



Pinceaux et gobelet Feutre noir pointe fine

La réalisation étape par étape

La préparation du support

- 1/ Sur une feuille de dessin blanc à l'aide d'une règle, tracer un rectangle de 5.5cm x 20 cm
- 2/ Découper le rectangle selon le tracé.

La décoration

- 1/ Positionner votre rectangle à la verticale (portrait)
 - 2/ Dessiner au crayon gris ce qui vous inspire en fonction du moment. Cela peut être sur le thème de l'automne par exemple.
 - 3/ Mettre en couleur votre dessin soit avec les crayons de couleur, feutres ou peinture
 - 4/ A l'aide d'un feutre noir pointe fine repasser les contours de votre dessin
- Libre à vous d'écrire une citation qui vous inspire sur votre marque page.
Pensez à signer votre œuvre.

La réalisation en image



Pour réaliser ce marque page, j'ai utilisé les crayons de couleur acquérables.

Vous remarquerez que le dessin illustre le Haïku (poème très court d'origine japonaise) que j'ai composé.

Une fois sec, j'ai repassé les contours avec un feutre noir pointe fine.

Puis j'ai recopié de Haïku à l'endroit que j'ai laissé spécialement pour cela.

Vous pouvez retrouver toutes les publications sur:

Mes réseaux sociaux :



questiondesqilibres



@coaching.questiondesqilibres

Les versions téléchargeables en PDF

sur mon site web :

<https://questiondesqilibres.webador.fr>



By Question des Qi Libres