

## Graines de Paix vous propose :

### HISTOIRES DE PAIX

#### Atelier d'écriture

Par Madame Brana GONTHIER

Psychologue diplômée, formatrice  
d'adultes, professeure de  
psychologie,  
de pédagogie et de français



Les lundis de 18h00 à 20h30h : 9 décembre 2013,  
13 janvier, 10 février, 10 mars et 14 avril 2014

Chez Graines de Paix, rue Cornavin 11, 1201 Genève (2è étage)  
Inscription requise : [branagonthier@gmail.com](mailto:branagonthier@gmail.com)

#### Descriptif

La violence existe depuis toujours et certains disent même qu'elle est innée à l'homme. Et pourtant, en tant qu'animal social, l'homme est tenu à cohabiter avec les autres et donc, de vivre dans la collaboration et en paix avec ses congénères. Mais nous savons également que la relation – à l'autre et à soi – est ce qu'il y a de plus complexe et de plus riche dans le monde humain. Cet *Atelier d'écriture* propose une réflexion autour des questions suivantes : Comment collaborer avec notre prochain, comment construire quelque chose avec les autres quand nous sommes frustrés, blessés et en souffrance, quand nous sommes confrontés à nos manques et nos limites, quand nous sommes insatisfaits, quand nous sommes en colère, quand nous sommes en désaccord avec autrui? Comment vivre en paix avec soi-même et avec les autres dans une société qui valorise la compétition, la concurrence et le profit? Comment développer le respect de soi et de l'autre quand le congénère est considéré comme un ennemi? Comment éduquer les jeunes à la tolérance et à l'acceptation des différences quand nous nous sentons nous-mêmes menacés par l'inconnu? Comment aborder l'autre et créer des relations de confiance avec son prochain quand on le craint? Comment communiquer et développer des relations de partage avec autrui quand le contact avec l'autre est vécu comme dangereux?

Ainsi cet *Atelier d'écriture* est-il une invitation à réfléchir sur ces questions et à s'employer ensemble à chercher des possibilités de créer des situations de paix et de respect de soi et des autres. En puisant dans son propre vécu, en s'inspirant des situations réelles ou en laissant libre cours à son imagination, on peut relater des événements observés, sa propre expérience ou raconter des histoires inventées pour créer des moyens de (re)trouver la paix intérieure, la partager avec ses proches et la développer dans son entourage. Car, *c'est en nourrissant la vie que l'on fait reculer la mort et en développant la paix que l'on évite la guerre.*

Atelier ouvert à tous.

Possibilité de s'inscrire pour toute la série d'Ateliers ou ponctuellement.

**Les Ateliers sont gratuits pour les membres de Graines de Paix à jour de leur cotisation 2013** (30 CHF pour les non-membres).