



CRCCCN

Partenaire de la culture nord-côtère!

Pour diffusion immédiate

Communiqué

Formation *Délier son processus créatif*

Baie-Comeau, 23 octobre 2014 – Toute démarche en création offre l'occasion d'une rencontre avec soi-même et d'une recherche sur la manière de manifester sa créativité. Désirant favoriser cette réflexion, le Conseil régional de la culture et des communications de la Côte-Nord propose la formation ***Délier son processus créatif : souplesse et audace***, les 29 et 30 novembre à Baie-Comeau.

Les participants sont invités à s'interroger sur les obstacles et les aisances du processus créatif par le biais de certains exercices, dont le dessin. L'objectif de cet atelier est d'aiguiser la confiance en soi et en son processus créatif tout en (re)trouvant l'audace qui permettra de créer avec plus de liberté.

Cette formation s'adresse principalement aux artistes en arts visuels professionnels ou en voie de professionnalisation ainsi qu'aux artisans en métier d'art. Les artistes des autres disciplines artistiques, intéressés à approfondir leur créativité, peuvent aussi y participer.

Au terme de l'atelier, le participant sera en mesure de :

- Utiliser les outils de relaxation et de méditation pour laisser libre cours à sa créativité;
- Faire confiance au vide (page blanche, toile vierge) et se faire confiance;
- S'appuyer sur ses aisances à créer;
- Identifier et composer avec les obstacles de son processus de création;
- Nourrir une pensée réflexive.

Formatrice et coûts d'inscription

Sylvie Cotton est une artiste interdisciplinaire vivant à Montréal. Sa recherche, amorcée en 1997, est liée aux pratiques de la performance, de l'art action, du dessin et de l'écriture, bien qu'elle fasse aussi régulièrement appel aux formes installatives pour la réalisation de projets d'exposition.

Sylvie Cotton est aussi auteure, commissaire et formatrice. Elle a organisé des événements, dirigé des publications et a été membre de nombreux groupes de travail et de comités en arts visuels. Elle a présenté ses projets de performance ou d'installation au Québec, aux États-Unis, en Italie, en Allemagne, en Serbie, en Pologne, en Finlande, en Estonie, en Espagne et au Japon. Elle a publié trois livres d'artistes qui présentent des projets d'art action et de résidence.

Les coûts d'inscription sont de 220 \$ par personne et **200 \$ pour une inscription avant le 7 novembre**. Rappelons que les personnes situées à plus de 40 kilomètres du lieu de formation ont droit à un remboursement de 65 % de leurs déplacements et de séjour.

Pour inscription ou information, contacter le service de la formation continue du CRCCCN au 418 296-1450 / 1 866 295-6744 ou consultez le culturecotenord.com, menu Formations à venir.

- 30 -

Source : Lyse Rioux, coordonnatrice de la formation continue

Si vous désirez faire une entrevue avec madame Cotton, veuillez communiquer avec moi. Merci.