

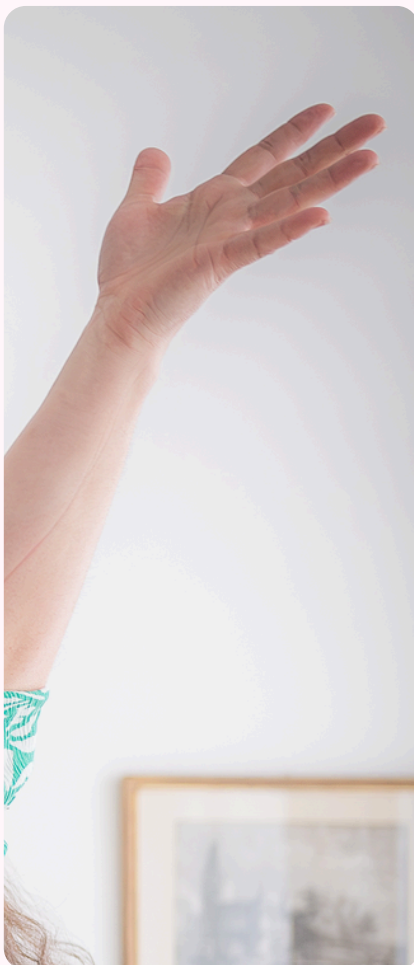


MAISON
CŒURS

“L'ART COMME FORCE DU
MOUVEMENT OÙ LE SOI SE
RÉINVENTE.”

ATELIER
D'ACCOMPAGNEMENT EN
SOIN RELATIONNEL PAR
LE RÉCIT GRAPHIQUE

STAGES INTENSIFS &
COLLECTIFS



RENFORCER LE
PILIER
{1} ET {2}

**Vivez une transformation
interne structurée et sur la
durée dans l'énergie
porteuse du collectif :**

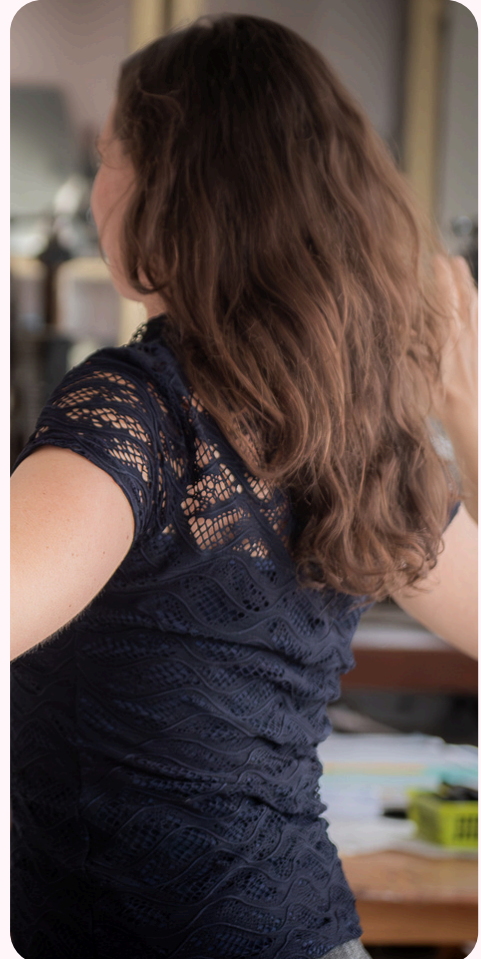
prendre soin de ses liens à soi
et aux autres grâce à la
conjonction de l'art du récit,
de l'imprimerie d'art, de la
méthodologie de l'état d'esprit,
d'un travail du corps et de la
circulation de l'énergie, du
dessin intuitif et de la
découverte de ses propres
codes graphiques.

MA DÉMARCHE D'ACCOMPAGNEMENT

Prendre en compte la **santé mentale** comme **un allier et une gymnastique du quotidien** et cela en passant par le corps, le dessin et l'écriture, par le langage et le regard que l'on porte sur soi et sur le monde.

Je suis là pour **faire émerger et clarifier les émotions de la personne** dans ce qui la traverse et souvent la dépasse et altère ses relations en particulier familiales.

La vibration positive et anti-stress qu'apportent le soin et la tendresse ont **un puissant impact sur toutes les sphères de notre vie** (travail, famille, argent, engagements etc).



RENFORCER LE PILIER {1}

DU 20 AU 24 AVRIL 2026

Réalisez votre « livret soutenant » durant 5 demi-journées (de 13h30 à 17h30), un guide pour s'améliorer chaque jour ; **modifier ses perceptions, reconnaître sa valeur, équilibrer son quotidien, retrouver son énergie, ancrer une stabilité émotionnelle, renforcer sa confiance, instaurer une vision claire et sur la durée, se soutenir en autonomie.**

520€ / Tout le matériel et le consommable sont compris.
 Tarif Renforcer le Pilier {1} et {2} 840€ / Paiement fractionné possible.(4 à 6 personnes)

| Jour 1 : Se rencontrer : le socle de mon pilier | Jour 2 et 3 : Faire émerger : Colmater les brèches solidement, ne plus porter pour habiter en fluidité. | | Jour 4 et 5 : Révéler : La vibration des couleurs végétales pour ancrer sa beauté sur le long terme. | |
|--|---|---|--|---|
| <p>Mise en corps : ouverture, jeu et écriture</p> <p>Constat de ma vie à l'instant T</p> | <p>Mise en corps : mouvements spontané, dessin et écriture</p> <p>Soutenir le soi</p> | <p>Mise en corps : ancrage, visualisation, dessin et écriture</p> <p>Ma direction</p> | <p>Mise en corps : marche et découverte des plantes tinctoriales</p> <p>Fabriquer l'encre et imprimer en sérigraphie</p> | <p>Mise en corps : pratique en extérieur</p> <p>Imprimer en sérigraphie/ pliage</p> |

A la suite de chaque atelier, j'amène des outils d'exploration et de transformation pour intégrer le changement (rituels et exercices).

RENFORCER LE PILIER {2}

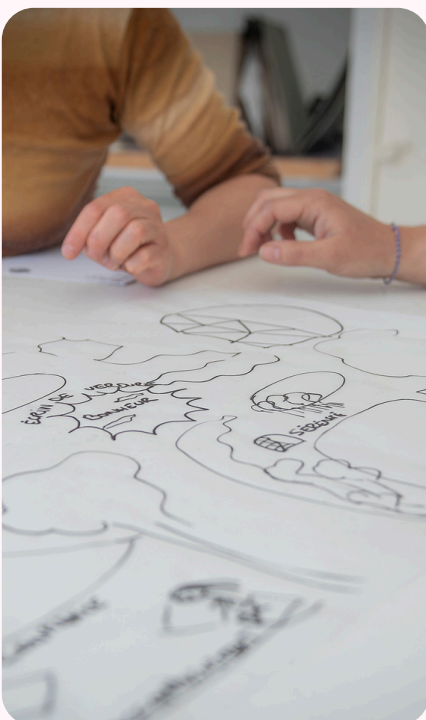
DU 11 AU 15 JUILLET 2026

Concevez votre « récit graphique personnel, intime et transmissible » durant 5 demi-journées (de 13h30 à 17h30) Un recueil pour : laisser une empreinte, transmettre un héritage, pacifié et soigner sa lignée, se retrouver soi-même, accepter sa singularité, s'éloigner du perfectionnisme, faire de sa vulnérabilité une force, trouver sa place dans l'histoire familiale.

420€ / Tarif Renforcer le Pilier {1} et {2} 840€ / Paiement fractionné possible. (4 à 8 personnes)

| Jour 1 à 3 : Exploration | Jour 4 & 5 : Mise en forme |
|---|---|
| Ecriture : les épreuves et les renaissances > la transformation et l'imagination | Elaboration du récit graphique (textes/ images) |

À la suite de chaque atelier, j'amène des outils d'exploration et de transformation pour intégrer le changement (rituels et exercices).



Renforcer le Pilier {1} : imprimer en sérigraphie à base d'encres végétales

AMANDINE PORTELLI

Je suis artiste dessinatrice bédéiste illustratrice, imprimeuse d'art formée aux Beaux-Arts d'Angers et de Sarajevo. **Artiste auteure dans les arts visuels**, mon expérience s'est forgée grâce à un travail personnel constamment renouvelé et exposé autour **des liens d'individualités et du groupe dans la société ; une vision personnelle et sans répit du présent**. Aujourd'hui, j'aboutis 2 projets de bandes dessinées une sur **la pratique du Qi Gong et une sur la Voile et l'Océan comme endroits de transformation intense**.

Fondatrice d'une association culturelle autour des arts graphiques où se produit durant 15 ans des ateliers tout public, des résidences d'artistes, des expositions, des événements, de la formation, des commandes, du commissariat etc. **Tout en enseignant dans les établissements agricoles publiques** où Je forme dans la démarche de projets socioculturels des lycéens et étudiants. **Je concentre ma pédagogie sur le développement personnel de l'élève**.

A la suite de la reconnaissance de mon stress post-traumatique, je suis de manière intensive une thérapie brève (EMDR) et **j'écris une bande dessinée sur la transformation de mes traumatismes**. Forte de mes épreuves passées, accompagnée, **je décide de créer Maison Cœurs ; des ateliers de soutien des personnes par le récit graphique et le livre**. Un parcours de soin par l'art, pour vivre une écologie relationnelle à soi et aux autres. **Le Qi Gong, la natation, la course à pieds et la navigation** m'accompagnent quotidiennement.



**CONTACTEZ-MOI POUR AVOIR DES
INFORMATIONS PLUS DÉTAILLÉES SUR LE
PROGRAMME**

CONTACT@AMANDINEPORTELLI.FR
06 44 79 33 54

LIEU DU STAGE

ATELIER D'ESTAMPES OÙOÛOÙH
7 RUE DU PONT
49 123 INGRANDES LE FRESNE SUR LOIRE