

Peintures mangeables

Et si partager un moment autour de la créativité & du jeu était possible ?

Eveil sensoriel & créatif dans la petite enfance.

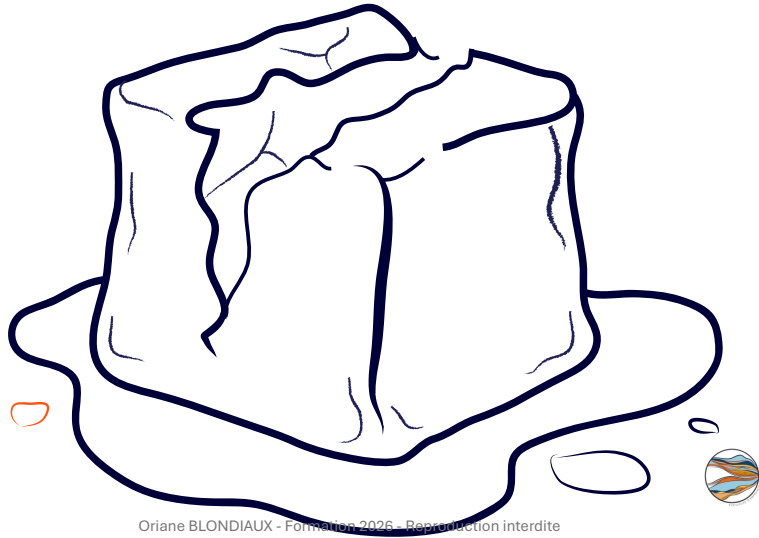
« ÉVEIL SENSORIEL & CRÉATIF »
Oriane BLONDIAUX
2026-2027

Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite #eveilleusedempreintes

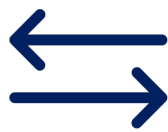
Bienvenue !

Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

BRISONS LA GLACE



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

D.O.S.E

d'après Elisabeth Grimaud



Dopamine: hormone du PLAISIR

Ocytocine: hormone des LIENS SOCIAUX

Sérotonine: hormone du BONHEUR

Endorphine: hormone du sportif



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

« ÉVEILLEUSE D'EMPREINTES » EN QUELQUES MOTS



« Un enfant s'aventurait dehors chaque jour et le premier objet qu'il contemplait, il le devenait »

Walt Whitman (poète)



ORIANE BLONDIAUX

Créative dans l'âme
Enseignante en arts plastiques,
Spécialisée en art-thérapie & orthopédagogie, autrice, formatrice & conférencière



L'art-thérapie comme tuteur de résilience



Afterworks & ateliers divers (CréaPéda, Vendredi créatif,...)



Formations pour adulte (en ligne et en présentiel)



Atelieriste (spécialisée STEAM)



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

& VOUS ?



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

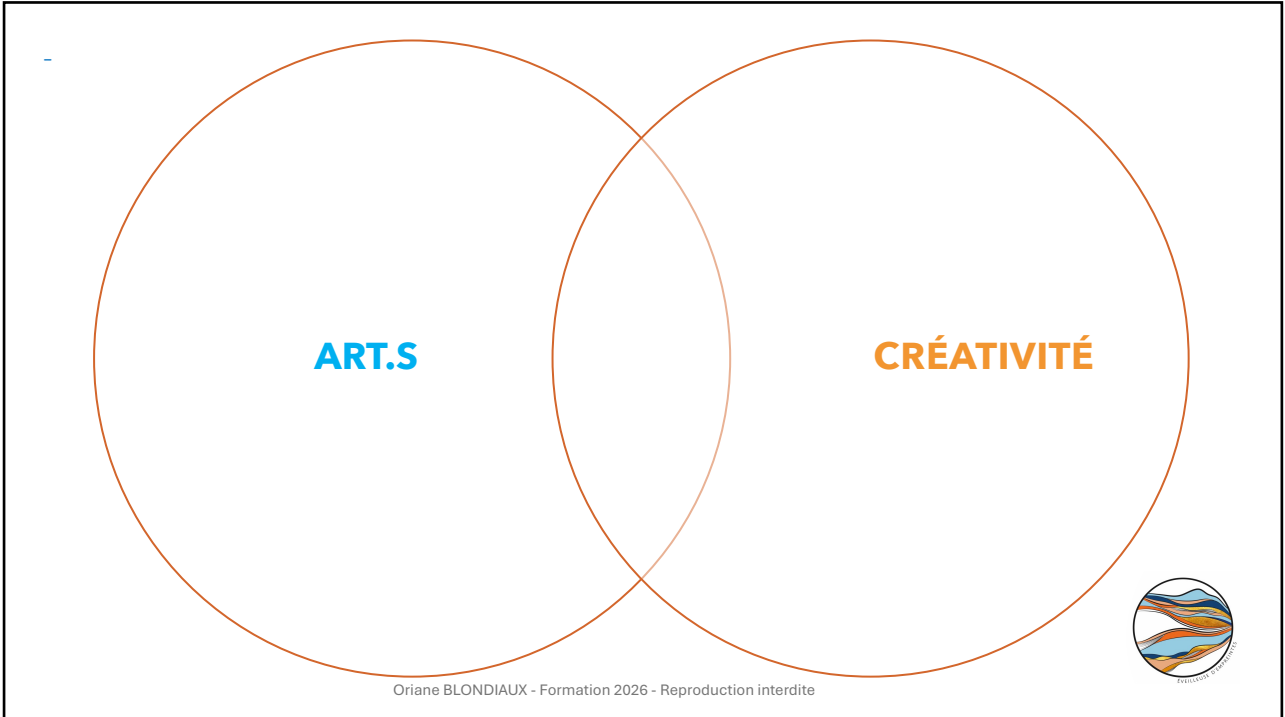
EN QUELQUES MOTS, VOUS PRÉSENTER...



- Quel est ton prénom & ta passion ?
- As-tu un rêve (pro ou perso)?
- Quels sont tes besoins & attentes par rapport à la formation ?
- Avec quoi as-tu envie / besoin de repartir après cette formation ?



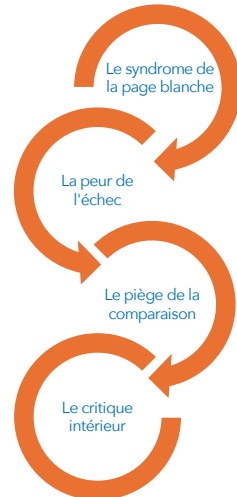
Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



BLOCAGES & PEURS EN CRÉATIVITÉ

A blue stick figure is shown from the waist up, holding a blue balloon with its right hand. The figure is positioned in the center of the page. On either side of the figure, there are several horizontal dotted lines for writing. At the bottom center, there is a small text line: "Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite". In the bottom right corner, there is a circular logo with wavy lines in blue and orange, and the text "ORIANE BLONDIAUX" around it.

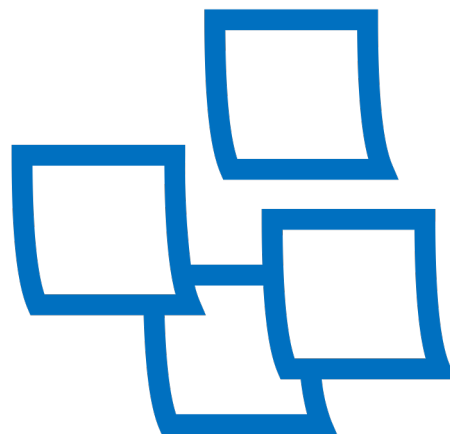
RECONNAITRE & ACCEPTER LES BLOCAGES EN CRÉATIVITÉ



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



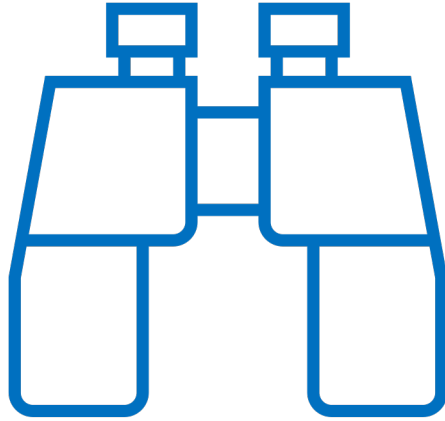
1. LE SYNDROME DE LA PAGE BLANCHE



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



2. LE PIÈGE DE LA COMPARAISON



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

3. LA PEUR DE L'ÉCHEC



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

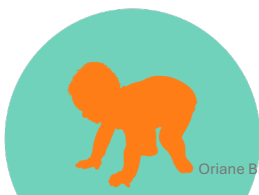
4. LE CRITIQUE INTÉRIEUR



Oriane BLONDIAUX - Formation 2025 - Reproduction interdite



AU PROGRAMME DE CES DEUX JOURS :



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite





- ✓ Aborder la motricité & autres concepts, importance et enjeux
 - ✓ Proposer et développer des moments créatifs, d'éveil sensoriel dans la petite enfance (milieu d'accueil, crèche, pré-gardiennat, en famille...)
 - ✓ Créer et utiliser des couleurs manipulables, mangeables et végétales
 - ✓ Identifier et valoriser la spontanéité, la découverte, l'exploration
 - ✓ Encourager et accompagner au rythme de chacun(e).
 - ✓ Et surtout ... **S'AMUSER & ECOUTER SON INTUITION !**



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



LES MYSTERES DE LA CREATIVITE
<https://www.youtube.com/watch?v=89Nri4meWKY>



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Pourquoi Éveil Sensoriel ?



Pour faire émerger et proposer des sessions d'éveil sensoriel et créatif dans la petite enfance, il est important :

- ✓ D'offrir le temps de l'exploration à l'enfant,
- ✓ De le laisser découvrir à son rythme,
- ✓ D'accepter sa rareté, ses spécificités / son unicité,



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Pourquoi Éveil Sensoriel ?

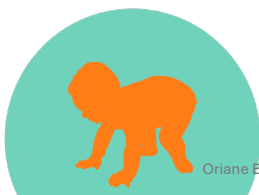
- ✓ De remettre le jeu au cœur du quotidien en (re)créant des moments privilégiés
- ✓ De nourrir la confiance en soi par la création
- ✓ De co-construire les fondements positifs de l'autonomie et de l'apprentissage avec chaque famille, act(rice)eur de terrain
- ✓ Oser se faire confiance !



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

« On ne tire pas sur une fleur pour la faire pousser. On l'arrose et on la regarde grandir... patiemment. »

Proverbe africain



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Oriane BLONDIAUX - Formation 2025 - Reproduction interdite

CONFIANCE EN SOI & ESTIME DE SOI



CONFIANCE EN SOI
SENTIMENT DE SÉCURITÉ / FAIRE
JE SUIS CAPABLE,
JE ME SENS À LA HAUTEUR,
J'AI LES CAPACITÉS POUR RÉUSSIR

ESTIME DE SOI
OPINION FAVORABLE / ÊTRE
J'AI DE LA VALEUR,
J'AI UNE BONNE IMAGE DE MOI
J'AIME LA PERSONNE QUE JE SUIS



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Apports de la M.L dans l'Éveil Sensoriel & Créatif ?

- Faire sens avec la motricité respectée et respectueuse de chaque étape motrice et psychique dans le développement de chaque personne (petite enfance, enfance et adulte).
- Créer du lien entre l'enfant et l'ambiance (lieu, espace, mobilier,...)

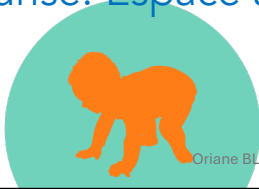


Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Apports de la M.L dans l'Éveil Sensoriel & Créatif ?

- Communication cohérente, importance de chaque mot posé et partagé (lenteur « contrôlée », intonation, répétition...) avec l'enfant pour permettre de créer du lien, du sens, des souvenirs.
- Nourrir la soif de découverte tout en assurant un cadre sécurisé. Espace au sol adéquat et accueillant.

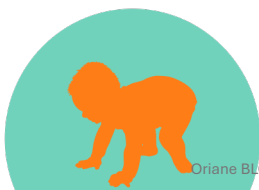


Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Apports de la M.L dans l'Éveil Sensoriel & Créatif ?

- Mobilité libre (vêtements qui gênent le moins possible les mouvements).
- Respect, intuition et plaisir au cœur du processus de création.

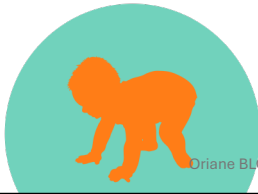


Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Des pistes et références pour aller plus loin ...

- « Hop'Toys »
- « Les pros de la petite enfance »
- « Montessori »
- « Reggio Emilia »
- « Lóczy »



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



www.oze-coaching.fr



Une motricité libre & libérée...

Motricité libre = enfant **LIBRE** de ses mouvements

+ parents & pros **CONFIANTS** dans ses compétences

... avec quelques petites astuces...

... pour bien garder !

EXERCER SES SENSATIONS	Monter ses compétences
Développer aisance corporelle & fluidité des gestes	Connaitre les positions reposantes
Entretenir son équilibre	Travailler sa musculature
Acquiescer des repères de qualité	Prendre confiance en faisant preuve de prudence
Découvrir son corps	SE SENTIR EN SÉCURITÉ

réalisé en partenariat avec LES NOUS DÉPANSONS ENSEMBLE et HopToys!

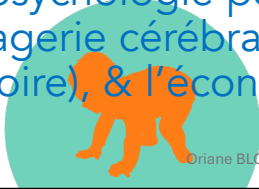


Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Psychologie positive oui & ...



- Depuis 1998, le courant de la psychologie positive (fondée par Martin Seligman) amène une vision tournée sur ce qui donnerait un sens à la vie, sur les forces de chacun.e, sur le fonctionnement optimal & déterminant du bien-être,
- La psychologie positive s'appuie sur les neurosciences (imagerie cérébrale), les sciences humaines (sociologie, histoire), & l'économie (PIB, bonheur...)



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Psychologie positive oui & ...



- Tirer parti de la psychologie positive, en s'appuyant sur des outils concrets (pleine conscience, visualisation, créativité, humour, intelligence émotionnelle, gratitude, empathie, résilience...) permet de focaliser sur l'épanouissement humain.
- La psychologie + permet de ne plus focaliser entièrement sur la pathologie mais bien d'accueillir l'enfant dans son unicité.



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Psychologie positive oui & ...

- La psychologie + est un **outil** permet de nourrir divers aspects / composantes du bien-être psychologique, physique présent & futur :
- Sentiment de sécurité & de confiance
- Connaissance de soi
- Sentiment d'appartenance à un groupe
- Sentiment de réussite & de compétence



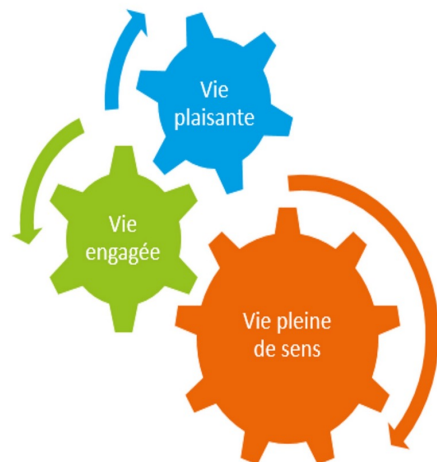
Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Psychologie + & trois déterminants du bien-être

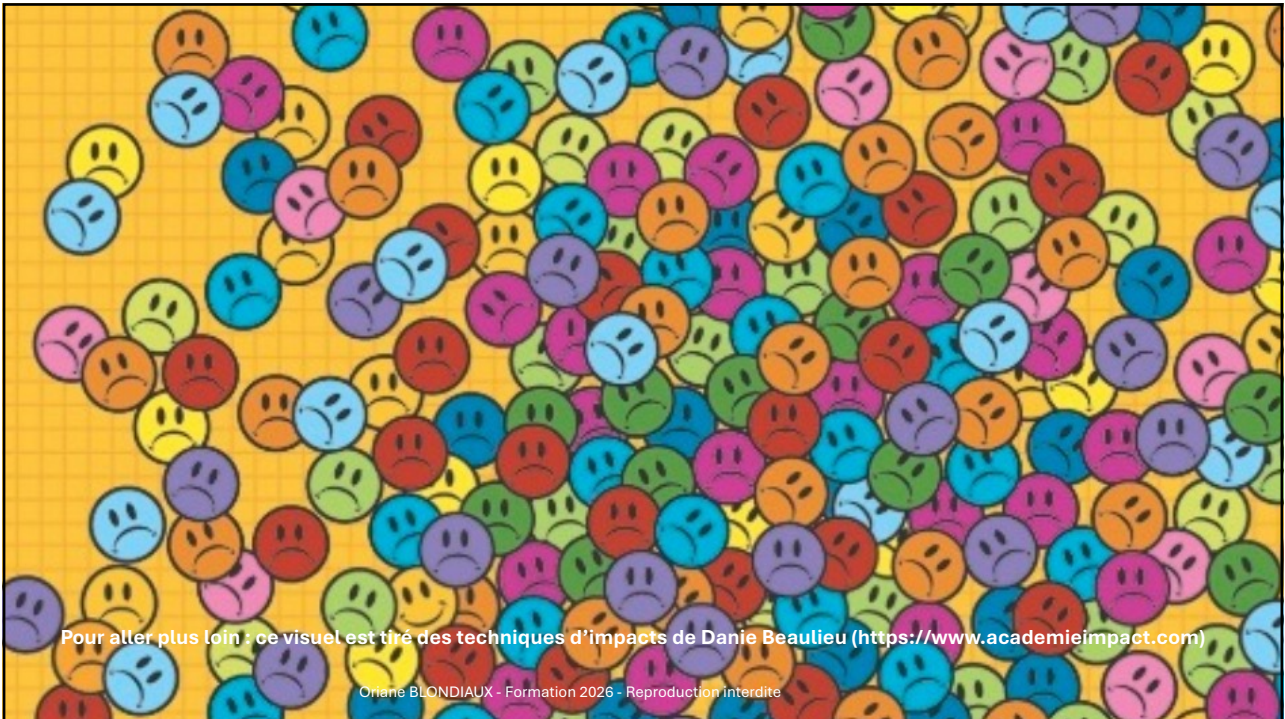
selon Martin Seligman



Psychologue américain



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Les intelligences multiples

- Howard Garder démocratisé & libère la compréhension des grilles élaborées autour des intelligences multiples.
- 1983, parution de la théorie de Gardner sur les 8 intelligences multiples :
- Intelligence intra personnelle, intelligence interpersonnelle, intelligence spatiale, intelligence naturaliste, intelligence logico- mathématique, intelligence linguistique, intelligence musicale, intelligence corporelle - kinesthésique, ...



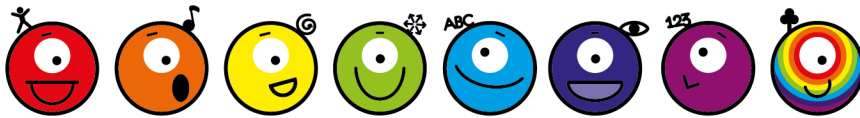
Howard Gardner
Psychologue américain
du développement cognitif



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Les intelligences multiples

LES OCTOFUN®



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Françoise Roemers-Poumay
Créatrice des OCTOFUN

Pourquoi solliciter les IM si tôt ?



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

LES OCTOFUN®



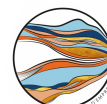
Éveil Sensoriel et Créatif, si tôt ?



- Essentiel dans le développement du jeune enfant (de lui à lui, de lui à son entourage, de lui au monde) :
- Les perceptions sensorielles peuvent être réellement intégrées, uniquement si elles sont vécues et expérimentées,
- L'enfant a besoin de **regarder, écouter, toucher, sentir, goûter**, pour accéder à son envie de découvrir, pour développer sa curiosité et s'ouvrir à son environnement proche et au monde.



Oriane BLONDIAUX - Formation 2025 - Reproduction interdite

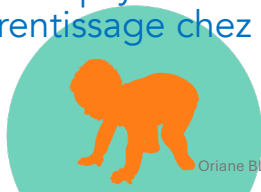


Éveil Sensoriel et Créatif, si tôt ?



Encourager et stimuler l'éveil sensoriel et créatif dès le plus jeune âge va permettre :

- **Le développement de la mémoire corporelle** (base de la motricité, prise de conscience de soi, du corps, de l'environnement spatial et des possibilités de s'y adapter > l'activité psychomotrice et l'expérience sont à la base de tout apprentissage chez le jeune enfant).



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Éveil Sensoriel et Créatif, si tôt ?

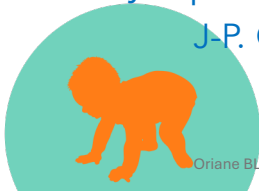


- **Le développement et fonctionnement du cerveau**

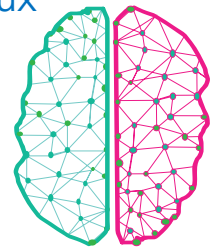
Place à la plasticité cérébrale via les interactions, les expériences, le jeu et ceci en respectant le rythme de chaque enfant.

« Chaque minute de vie du jeune enfant, plus de deux millions de synapses se mettent en place »

J-P. Changeux (neurobiologiste)



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Éveil Sensoriel et Créatif, si tôt ?



- **Le développement de l'affectivité** (désir de relation douce, tendre, bienveillante, empathique et respectueuse),

- **Le développement de la créativité, de l'intuition** (percevoir, sentir, imaginer, créer)



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

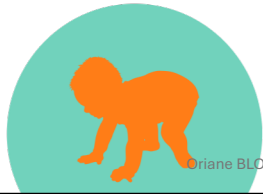


Éveil Sensoriel et Créatif, si tôt ?



- **Le développement de la communication :**

Avant d'accéder au langage fonctionnel, l'éveil sensoriel est l'occasion de (co)construire les bases de la communication autour du moment vécu – moment présent et temps (de qualité) passé avec l'enfance.



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



« La créativité est belle lorsque la main, la tête et le cœur travaillent ensemble. »

John Ruskin (écrivain, poète, peintre, critique d'art)



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

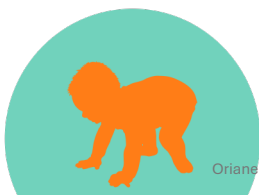


Découverte et création des peintures végétales

Les pigments – la couleur en hiver (de préférence aliments de saison et BIO) :



et bien d'autres...



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Découverte et création des peintures végétales



Les pigments – la couleur au printemps / été
(de préférence aliments de saison et BIO) :



et bien d'autres...



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Découverte et création des peintures végétales



Les pigments – la couleur en toutes saisons (de préférence aliments BIO) :



et bien d'autres...



Oriane BLONDIAUX - Formation 2025 - Reproduction interdite

Découverte et création des peintures végétales



Pour les pigments – la couleur (choix de 3 coloris de saison) :

- ¼ de **Betterave** (rouge-rose)
- 1 cuillère à café de **Curcuma** en poudre (orangé-jaune)
- 1 tranche de 2cm de **Chou rouge (bleu vert)**, ajouter du **Bicarbonate de soude** dans le chou rouge (facultatif)
- 1 botte de persil (**vert**) ou 1 botte d'épinard (**vert**)
- ½ ravier de fraises (**rouge**)
- ½ ravier de myrtilles (bordeaux)



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



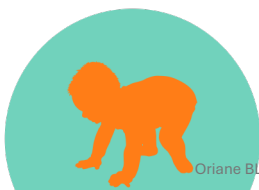
Découverte et création des peintures végétales



Le liant – la matière (de préférence BIO) :



(Facultatif)



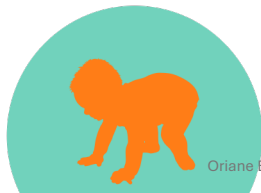
Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Découverte et création des peintures végétales



Pour le liant – la matière (environ 1, 5l)

- Farine de blé (200gr) ou farine de riz ou fécule de maïs (si allergie au gluten)
- Eau (1l > texture plus épaisse) ou (1,2l > texture plus liquide)

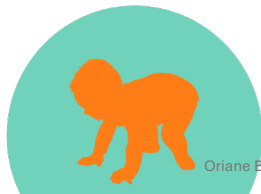


Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Découverte et création des peintures végétales



Les ustensiles de base :



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Découverte et création des peintures végétales



Recette :

- Laver le légume et/ou le fruit et couper en petits dés
- Passer le légume ou le fruit dans l'extracteur.
- Réserver.
- Dans une casserole, verser la farine ou fécule, le sucre, le sel et ajouter l'eau.
- Faire chauffer la préparation (+- 15') à feu doux.



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Découverte et création des peintures végétales



Recette :

- Remuer pendant +- 15' pour que la préparation ne colle pas dans le fond.
- La consistance de la préparation doit ressembler à du yaourt.
- Dans chaque récipient, verser la coloration alimentaire + le colorant de base.
- Votre préparation est prête, à vous de jouer et créer avec les enfants!



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Matériel partagé pendant la formation :

- Rouleau FABRIANO

<https://www.schleiper.com/eshopexpress/series/2231-fabriano-accademia-papier-dessin-rouleau-10m?lang=fr>

- Feutres ECOLINE

<https://www.royaltalens.com/fr/collections/ecoline-brush-pens>

- Crayons WOODY

<https://www.stabilo.com/be-fr/produits/colorier/crayons-de-couleur/stabilo-woody-3in1/>

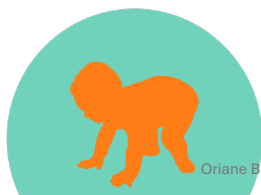


Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Découverte et création des peintures végétales

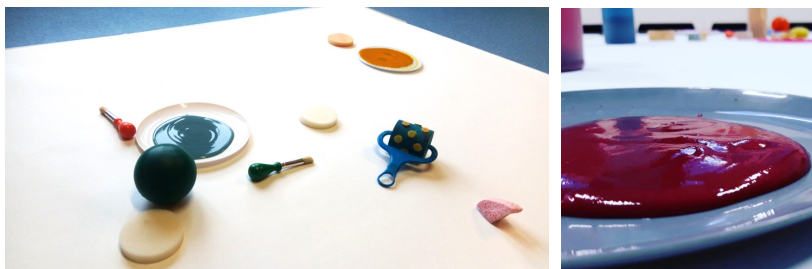
Maintenant que les bases sont construites, amusons nous à **peindre**, à **tracer**, à **découvrir** les **textures**, **observer** le **pigment** réagir sur la feuille ...



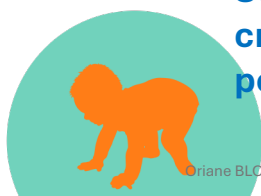
Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Manipulation et création picturale

- A nous de créer et de jouer avec les couleurs !



- **Sentir, découvrir, toucher, manipuler, observer, créer ! Osons être cette force libre et créative pour accompagner chaque enfant au quotidien.**



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Création de peintures végétales : ressentir et accompagner

Je vous propose de vous accompagner dans vos premières traces végétales.

« S'offrir le temps de découvrir, de sentir, de manipuler, d'observer, de créer sans jugement. Oser être cette force libre et créative, oser laisser les portes ouvertes à l'imagination, à la créativité, ce terreau fertile, ce cadeau pour l'avenir. »

Je vous propose d'expérimenter, de poser vos mains dans les couleurs, avec ou sans pinceau. Juste de laisser voyager la couleur sur le support. »



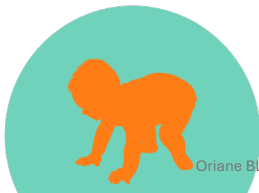
Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite





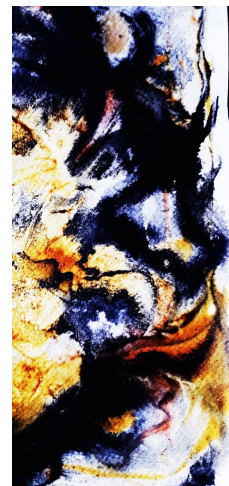
«... Suivre l'impulsion jusqu'à ce qu'elle s'arrête».

Cy Twombly



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Exploration et création picturale (échantillonnage)




Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite







Parfois, c'est une longue ascension pourtant, la vue en vaut la peine ! Plus il y a d'essais, plus la réussite se rapproche.



OUI ! JE L'AI FAIT !

JE SUIS ENTRAIN DE LE FAIRE

JE VAIS LE FAIRE

JE PEUX LE FAIRE

JE VAIS ESSAYER DE LE FAIRE

COMMENT PUIS-JE LE FAIRE ?


JE VEUX LE FAIRE

JE NE PEUX PAS LE FAIRE ..

JE N'Y ARRIVERAI PAS

JE N'Y ARRIVERAI JAMAIS !

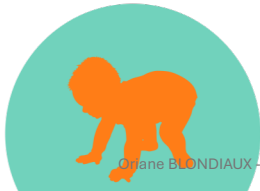
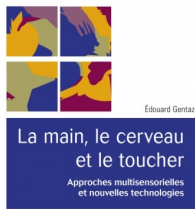
L'ESCALIER DE LA RÉUSSITE



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

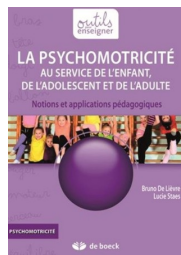
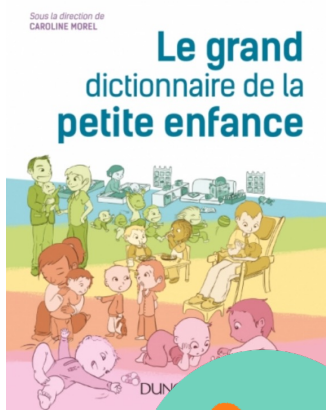
Ressources et échanges

Voici quelques lectures qui ont inspirés ce projet :



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Ressources et échanges



Une première histoire pour communiquer avec bébé par les signes

JE CROIS EN TOI



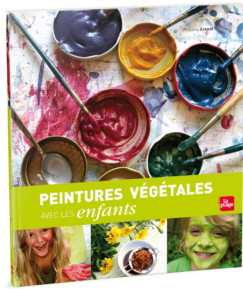
Une première histoire pour communiquer avec bébé par les signes

JE TE DONNE



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Ressources et échanges



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Palette...

Serge Goldwicht

Le manuel de dessin spontané à l'usage des adultes



Ressources et échanges

[Méta de Choc – La pensée critique expliquée à soi](https://open.spotify.com/episode/34gJC9YDoUyQ4aFBEyAEIN?si=a81a21d45b1d49a9)

<https://open.spotify.com/episode/34gJC9YDoUyQ4aFBEyAEIN?si=a81a21d45b1d49a9>



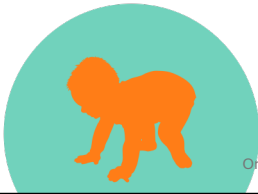
Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Ressources et échanges



[Les Pros de la Petite Enfance – Le Podcast](#)

<https://open.spotify.com/episode/4vsCfkisYqtQHA61ceXyus?si=833709d2193b4a3d>



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Ressources et échanges



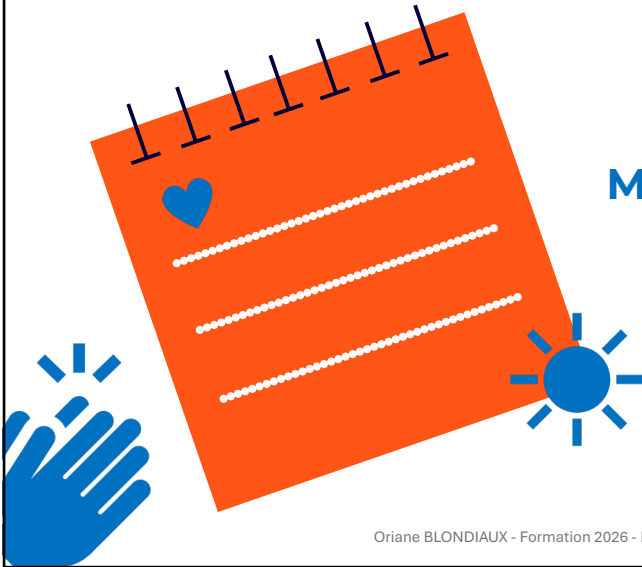
[La Matrescence – Le Podcast](#)

<https://open.spotify.com/episode/6WVgMzMV3gJ8lnyinZZ4UI?si=6e0c4441ac57403a>



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

S'offrir un compliment



JE ME SENS...
MERCI À, POUR ...
J'AI AIMÉ ...
J'AI APPRIS...
JE REPARS...
...



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

« *L'enfant n'est pas un vase
que l'on remplit mais une source
que l'on laisse jaillir* ».

Maria Montessori (médecin et pédagogue)

Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite

Pour rester au courant de mes activités,
retrouvons-nous sur :

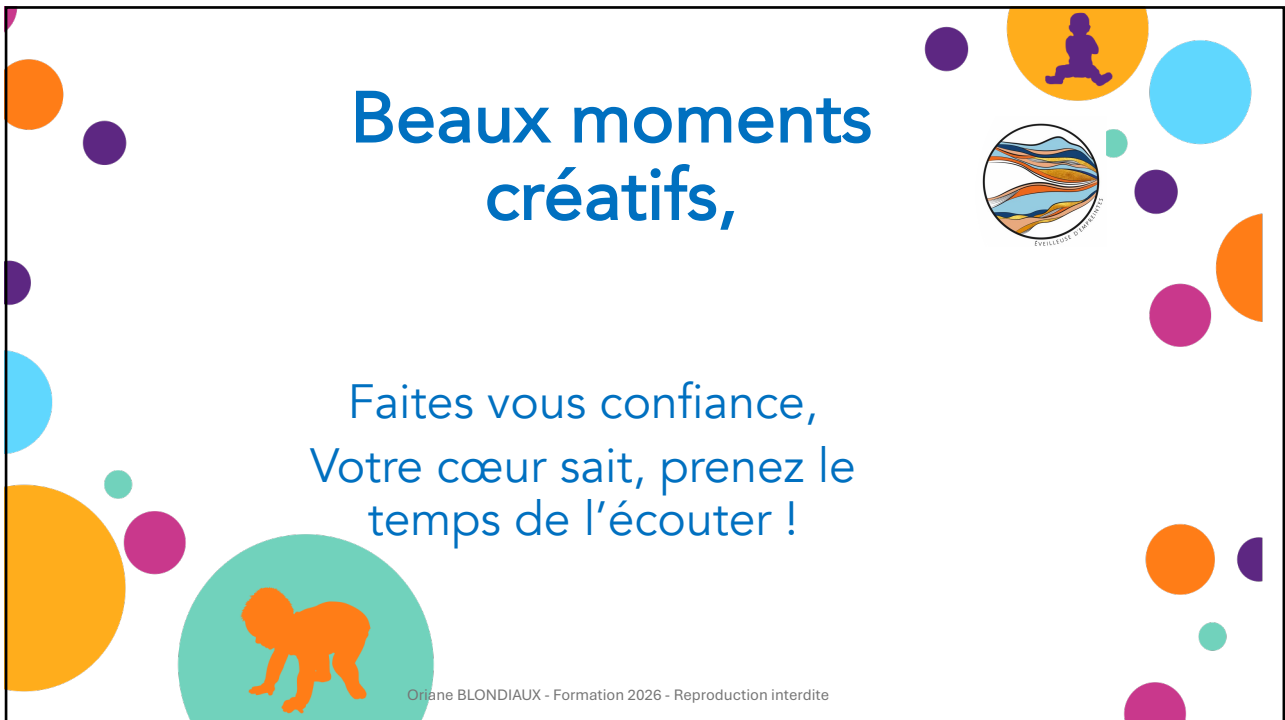
 eveilleusedempreintes

 eveilleusedempreintes

Et en vous inscrivant à la newsletter !
www.eveilleusedempreintes.com



Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



**Beaux moments
créatifs,**

Faites vous confiance,
Votre cœur sait, prenez le
temps de l'écouter !

Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite



1000 MERCI

**Belle aventure colorée
à vous toutes !**

Oriane

Oriane BLONDIAUX - Formation 2026 - Reproduction interdite