



# Cahier d'Activités

**40** pages

De jeux variés,  
d'anecdotes littéraires,  
de propositions d'écriture  
(portrait, description,  
dialogue, nouvelle...) et  
de conseils, bien sûr !



## Edito

Je suis ravie et fière de vous présenter ce cahier d'activités que j'ai eu plaisir à vous préparer... Oui, on peut écrire en s'amusant !

Si vous me suivez, vous savez déjà que j'aime créer des supports pour vous inciter à écrire. Outre les articles du blog Aproposdecriture (plus de 700 !) qui délivrent conseils et techniques d'écriture, j'ai déjà lancé des concours de nouvelles (19), des marathons d'écriture (2 ou 3) et des calendriers de l'avent de l'écriture (3). Ces supports variés reçoivent toujours un franc succès. Et même si leur mise en place nécessite un gros travail, je sais que vous appréciez.

Cette fois, je propose ce cahier d'activités qui vous immerge dans l'écriture de manière ludique et naturelle. Chaque activité est conçue pour vous inciter à en découvrir toujours plus sur l'écriture, à progresser à votre rythme et à É-CRI-RE ! Vous y trouverez des jeux d'écriture, des infos insolites sur le monde de l'écriture, des jeux (Mots croisés ou mêlés, Vrai/Faux... et de nombreuses propositions d'écriture : haïku, portrait, description, dialogue, nouvelle, conte... de quoi aiguiser votre imagination pendant l'été et bien vous amuser.

J'espère que ce cahier vous plaira autant que nous avons pris plaisir à le créer.

À vos succès d'écriture

**Marie-Adrienne du blog Aproposdecriture**



**PS : Un grand merci à Esteban, lycéen stagiaire (passionné d'écriture et de littérature !) qui s'est investi dans le projet avec beaucoup d'enthousiasme dès que j'ai proposé cette idée de cahier d'activités.**



# Le Freewriting

J'ai découvert le freewriting qui se traduit par « écriture libre », il y a plusieurs années de cela. Un jour, au hasard d'un étalage de livres d'occasion, un titre a immédiatement accroché mon regard : « **Writing without teachers** » de Peter Elbow. J'ai hésité, le livre était en anglais et mon anglais scolaire était certainement insuffisant pour dévorer le livre entier. Et puis je ne connaissais pas du tout l'auteur. Finalement, je me suis dit que je ne risquais pas grand-chose à l'acheter et à tenter de le lire. Eh bien, vous voulez que je vous dise, je n'ai jamais regretté mon achat ! Mieux, ce livre est à l'origine d'une révolution personnelle car après l'avoir lu, ma façon d'écrire a complètement changé. Mes progrès ont été considérables. J'ai gagné en aisance d'écriture et acquis plus de confiance en moi.

**Je résume la technique du freewriting : vous définissez un temps d'écriture et vous lancez une minuterie. Vous écrivez autant que vous le pouvez pendant ce laps de temps sans modifier ni faire autre chose.**

**La durée parfaite d'un freewriting n'existe pas. Vous pouvez choisir de régler votre minuteur sur 15 ou 30 minutes. Et lorsque la minuterie sonne, arrêtez d'écrire !**

Personnellement, j'utilise le Freewriting guidé. C'est-à-dire qu'avant de lancer la minuterie, je donne une intention claire à mon freewrite. Par exemple :

- Un nombre de mots
- Un nombre de pages
- Une scène spécifique
- La caractérisation d'un personnage
- La description d'un paysage...
- Écrire sur le passé de X, ou détailler le physique de Y, ou écrire tout ce que je sais sur tel fait historique (cela me permettra de savoir ce que je dois encore connaître et donc chercher qui servirait à mon histoire !)

Enfin, vous avez compris ! J'adore le « freewriting guidé ». Pour moi, c'est la meilleure technique pour combattre la procrastination, le syndrome de la page, pour rentabiliser le temps d'écriture et tordre le cou au satané perfectionnisme !

Si vous ne connaissez pas le freewriting, testez-le, on se prend vite au jeu ! Vos progrès seront fulgurants. Vous m'en direz des nouvelles.

**Activité**

Programmez 15 mn et écrivez... MAINTENANT !

**Activité**

Programmez 30 mn, choisissez une intention (création d'un personnage, d'un dialogue, écriture d'une scène, description d'un lieu...) et écrivez... MAINTENANT !

---

**Anecdote**

Truman Capote : Truman Capote se considérait comme un écrivain "horizontal". Il écrivait toujours allongé, soit sur un canapé, soit dans son lit, avec une tasse de café à la main. Il avait aussi la particularité de ne jamais commencer ou terminer un projet un vendredi, qu'il considérait comme un jour de malchance.

**Anecdote**

Dans une interview accordée en 2022, l'auteur culte japonais Haruki Murakami a révélé son rituel matinal plutôt surprenant. Avant de se mettre à écrire, il prend chaque matin une douche d'eau glacée pendant 10 minutes pour "réveiller son cerveau". Murakami affirme que ce choc thermique booste sa concentration et son inspiration créative.

**Anecdote**

Virginia Woolf : Virginia Woolf écrivait souvent debout, sur un pupitre haut, car elle trouvait cela plus dynamique et propice à la créativité. Elle aimait aussi écrire avec des plumes de différentes couleurs pour séparer les sections de ses écrits

**À chacun sa méthode...****Anecdote**

Balzac avait une routine d'écriture extrêmement rigoureuse et intense. Il se levait à 1 heure du matin et écrivait sans interruption pendant 7 heures. Après une courte sieste de 1h30, il reprenait l'écriture jusqu'à 16h. Ses journées étaient réglées à la seconde près, entièrement consacrées à son travail littéraire. Pour tenir ce rythme effréné, Balzac consommait une quantité démesurée de café, jusqu'à 50 tasses par jour selon la rumeur. Cette surconsommation a probablement nui à sa santé et contribué au développement de problèmes cardiaques, rénaux et d'œdèmes qui ont causé sa mort prématurée à 51 ans.

**Anecdote**

Victor Hugo : Pour éviter de se laisser distraire et de sortir de chez lui, Victor Hugo aurait demandé à son serviteur de cacher ses vêtements, ne gardant que son châle pour écrire. Cette méthode extrême lui permettait de se concentrer entièrement sur son travail.



## Le Conte

**Un conte est un récit de fiction, souvent court, qui puise ses origines dans les traditions orales et culturelles. Il est généralement caractérisé par la présence d'éléments fantastiques, merveilleux ou surnaturels, et vise à divertir tout en transmettant des leçons morales ou des valeurs culturelles. Les contes sont souvent destinés à un public de tout âge, bien qu'ils soient particulièrement populaires parmi les enfants.**

### Origine Orale :

Les contes sont souvent issus de traditions orales, transmis de génération en génération avant d'être mis par écrit. Ils reflètent les valeurs, les croyances et les préoccupations des cultures dont ils émanent.

### Éléments Fantastiques et Merveilleux :

Présence fréquente de magie, de créatures fantastiques (fées, dragons, sorcières), et d'événements surnaturels. Ces éléments créent un univers où les lois de la nature peuvent être suspendues ou modifiées.

### Structure Simple et Linéaire :

Les contes suivent souvent une structure narrative claire : une introduction ("Il était une fois..."), un développement (l'aventure ou le conflit), et une conclusion (souvent heureuse ou morale). Ils utilisent des motifs récurrents et des formules typiques (répétitions, expressions comme "Il était une fois").

### Personnages Archétypaux :

Les personnages sont souvent des archétypes simples et facilement identifiables : le héros, la princesse, le méchant, le sage. Ces personnages représentent des qualités ou des défauts universels, facilitant l'identification et la compréhension du public.

### Morale ou Leçon de Vie :

Les contes véhiculent souvent une morale ou une leçon, explicitement ou implicitement, à travers les aventures et les épreuves des personnages. Ils enseignent des valeurs telles que le courage, la ruse, l'honnêteté, la bonté et la justice.

### Cadre Spatio-Temporel Indéterminé :

Les contes se déroulent souvent dans des lieux et des temps indéterminés ou fictifs, ce qui contribue à leur aspect universel et intemporel. Cette indétermination permet aux récits de rester pertinents à travers les époques et les cultures.