

Comment surmonter ses peurs pour être en paix avec soi-même et avec les autres ?

Dans la vie de tous les jours, nous apprenons de nos amis, de nos parents, de tout ce qui nous entoure. Parfois, nous rencontrons des choses inconnues, des personnes que nous ne connaissons pas et la peur peut nous envahir. Pourtant nous devons apprendre à mieux les connaître.

Est-il normal d'avoir peur ?

Il est normal d'avoir peur. La peur ne se contrôle pas. C'est un sentiment naturel comme la joie, la tristesse, la colère.... Elle se manifeste en face d'un danger, d'une menace, de l'inconnu.... C'est un sentiment naturel qui nous permet de nous rendre compte que le danger existe afin de nous protéger. Cela nous fait prendre conscience de nos limites. Apprendre à surmonter ses peurs en les affrontant nous permet de les vaincre et d'en être délivrés.

#### Œuvres de référence



L'artiste de référence :  
Jean Paul Gaultier (les accessoires)



#### Nos accessoires réalisés



#### Notice de fabrication

Matériel : chutes de pagnes, feuilles cartonnées, bouchons, sacs usagés, perles, billes chinoises, colle à bois, pistolet chauffant, des guirlandes

Etapas de fabrication :

- 1- Découper des rectangles dans des feuilles cartonnées ;
- 2- Couvrir ensuite les rectangles avec les chutes de pagnes puis coller avec la colle à bois diluée légèrement dans de l'eau ;
- 3- faire sécher les feuilles habillées ;
- 4- Façonner la matière obtenue pour confectionner des sacs à la manière de Jean Paul Gaultier ;
- 5- Décorer les objets réalisés avec des bouchons, des perles et des billes chinoises à l'aide d'un pistolet.

#### Que pensez-vous de nos réalisations ?

Vous avez mis le pagne en valeur pour confectionner des objets du quotidien pour les cérémonies. Ce sont de belles réalisations.

