



**VOUS RÊVEZ D'ÉCRIRE ET  
PUBLIER VOTRE LIVRE ?**

**ROMAN - AUTOBIOGRAPHIE - RÉCIT DE VIE...**

**L'ATELIER D'ÉCRITURE À DISTANCE  
VOUS ACCOMPAGNE  
À CHAQUE ÉTAPES...**



# Nous vous accompagnons pas à pas... dans votre projet d'écriture !

Ce n'est un secret pour aucun dévoreur de livres devant l'éternel : passer le cap de l'écriture d'un ouvrage est souvent synonyme d'obstacle infranchissable. Autobiographie, nouvelle ou roman, écrire un livre pour son propre plaisir ou en vue de le publier peut s'avérer en effet fastidieux sans posséder un minimum de méthode. Pour pallier ces appréhensions, "Les Amis de la Plume" proposent des ateliers d'écriture par correspondance pour concrétiser son projet en toute quiétude.

*Vous pouvez éprouver le désir d'écrire pour :*

- Mettre des mots sur un vécu...
- Nommer des faits...
- Déjouer les non-dits...
- Mieux vous connaître
- Extérioriser notre vérité...
- Vous libérer du passé...
- Laisser une trace, un témoignage...
- Clarifier des souvenirs...
- Transmettre un regard sur la vie...
- Pour le plaisir...
- Etc.

Que vous écriviez en vue de publier un livre ou pour votre propre plaisir, l'atelier d'écriture répondra à vos besoins et à vos attentes. Si vous nourrissez un projet d'écriture, c'est le moment de le concrétiser.

L'atelier d'écriture par correspondance est pensé pour répondre aux différentes préoccupations professionnelles et familiales qui pourraient freiner vos ardeurs de publication.. Le coach met toutes ses compétences à votre service, vous accompagne et vous conseille dans la rédaction et l'édition de votre livre.

## *Pourquoi écrire une autobiographie ?*

Écrire le récit de sa vie, c'est offrir à ses proches l'occasion de mieux vous connaître. C'est perpétuer la mémoire familiale. C'est un héritage immatériel à partager. C'est une aubaine de renforcer l'esprit de famille. C'est parfois aussi l'occasion de livrer une histoire qui ne peut se dire parce que la timidité ou la honte l'ont gardé secret en vous. C'est souvent l'opportunité de faire le point.

L'autobiographie, ou le récit de vie est le genre le plus prisé des amoureux de l'écriture qui souhaitent communiquer, transmettre leur expérience, leur vécu et leurs sentiments par le trébuchement des mots.

# *Pourquoi écrire un roman ?*

Sans conteste, la forme romanesque est la voie royale de la littérature. Tout auteur s'y essaie et rêve d'y connaître un jour la gloire. Notre atelier d'écriture créative vous aidera à mener à terme un projet d'écriture d'un roman.

- Voulez-vous terminer ce roman que vous avez commencé depuis si longtemps ?
- Voulez-vous donner vie à tous ces personnages qui peuplent votre imagination ?
- Vous ne savez pas comment vous y prendre pour écrire votre livre ?
- Vous voulez apprendre à rédiger comme un écrivain !

## *Nous vous aidons à chaque étape dans l'écriture de votre livre !*

Qui n'a jamais rêvé de se faire accompagner ou conseiller dans la rédaction et la publication de son



premier ouvrage ? Raconter sa propre histoire, donner vie à des personnages imaginaires... L'atelier d'écriture par correspondance des Amis de la plume est pensé pour répondre à vos différentes préoccupations professionnelles et familiales qui freinent vos ardeurs de publication. Ici, le coach met en effet ses compétences à votre service, vous accompagne et vous conseille dans la rédaction et la publication de votre livre. Avec un seul et unique but : vous amener à sa réussite totale.

Et pour cause : se lancer dans la rédaction d'un livre n'est pas facile, surtout lorsque l'objectif ultime est sa publication en bonne et due forme. C'est pourquoi l'atelier d'écriture par correspondance des Amis de la Plume propose une méthodologie rondement pensée et très efficace afin d'optimiser ses chances de réussite par le biais de l'auto-édition.

De la page blanche au manuscrit, des syllabus de formation sont proposés afin de les exploiter au mieux grâce à un accompagnement pas à pas pendant 8 mois. Seront prodigués des conseils relatifs au manuscrit final, à la conception de la couverture, aux démarches administratives – notamment de copyright – jusqu'au référencement sur Amazon.

Ainsi, grâce à l'atelier d'écriture par correspondance des "Amis de la plume", le rêve de devenir écrivain devient accessible, ouvrant les portes d'une nouvelle passion grâce à un accompagnement professionnel et bienveillant. Pourquoi s'en priver ?

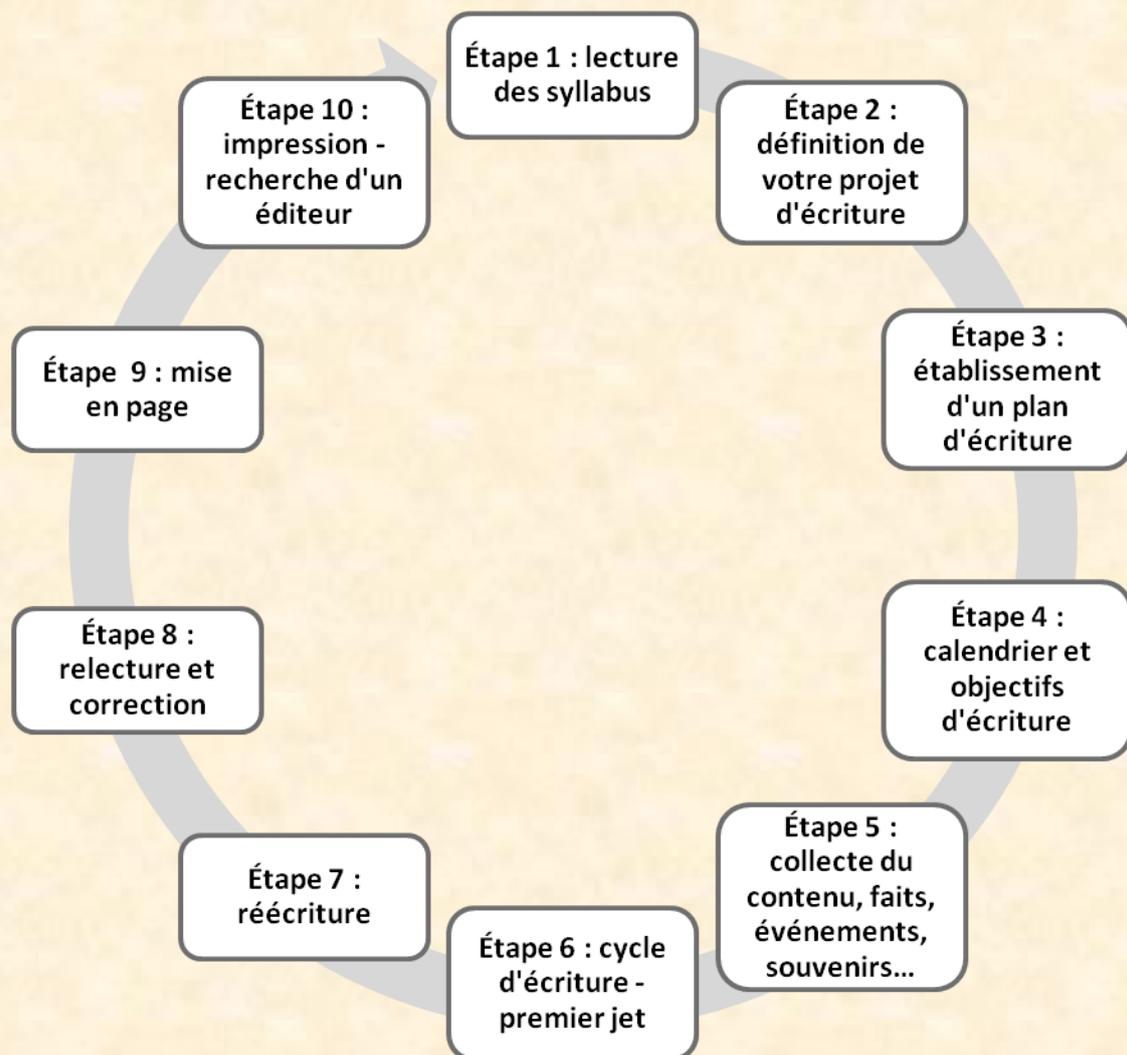
**Nous vous offrons  
20 exemplaires  
de votre livre**

# L'auto-édition : le plaisir de tenir son livre entre les mains !

Écrire un livre, beaucoup en rêvent, mais peu le réalisent ! Selon une étude, beaucoup de personnes aimeraient écrire un livre, mais pour différentes raisons, ils ne le font pas : manque de confiance en soi, problème d'orthographe, manque de temps, d'organisation, ne sait pas comment faire, etc.

Se lancer dans la rédaction d'un livre n'est pas facile, surtout, quand l'objectif est de se faire publier. Nous proposons des conseils pratiques afin d'optimiser vos chances de réussir. Mettre en valeur vos écrits, vous aider à les publier, vous ouvrir les portes d'une nouvelle passion, telle est notre mission.

*De la page blanche au manuscrit en 10 étapes.*



# Formule accompagnement à partir de 995 €

Vous pouvez faire le choix de payer votre atelier en plusieurs mensualités.

Nombre de mensualité(s)	ACOMPTE À LA SIGNATURE	NOMBRE DE MENSUALITÉS	MONTANT DES MENSUALITÉS	PRIX TOTAL
1 MENSUALITÉ	995 €	-	-	995 €
3 MENSUALITÉS	319 €	3	269 €	1126 €
6 MENSUALITÉS	179 €	6	175 €	1229 €
12 MENSUALITÉS	95 €	12	99 €	1283 €

## La formule comprend :

- Les syllabus de formation;
- Les fiches techniques;
- La correction de vos exercices;
- L'accompagnement de votre coach pendant 8 mois;
- Le suivi de votre manuscrit;
- Le diagnostic de votre manuscrit;
- La création de votre couverture;
- L'aide à l'édition;
- Un communiqué de presse;
- L'aide pour la promotion;
- La présentation de votre manuscrit aux éditeurs via "Édith & Nous";
- Une page auteur sur notre site internet;
- L'aide aux démarches administratives (dépôt légal, copyright, etc.);
- **20 exemplaires de votre livre\* en auto-édition.**

\*Caractéristiques du livre : format A5 ou de poche, maximum 150 pages, papier offset blanc 80 gr, impression noir et blanc. Couverture : carte couchée satinée 225 gr, impression recto 4 couleurs. Dos carré collé standard. Frais d'envoi en sus. La dactylographie et la mise en page ne sont pas comprises. Nous fournir le fichier PDF conforme, prêt, pour impression. Nous pouvons prendre en charge ce service en option. Les livres sont publiés en auto-édition. D'autres qualités de papier, grammage, photos couleur, finitions, exemplaires supplémentaires sont possibles (sur devis). Les livres sont imprimés en France.

## *Questions que vous pourriez vous poser !*

- **Le coach écrit-il à ma place ?**

Non, il est à vos côtés pour vous conseiller et vous accompagner dans l'écriture.

- **Je n'ai pas d'ordinateur. Comment faire pour rédiger mon manuscrit ?**

Nous proposons des services de dactylographie et de mise en page pour ceux qui ne possèdent pas d'ordinateur ou qui ne sont pas à l'aise avec les outils informatiques. Vous transmettez votre texte écrit à la main ou enregistré.

- **À la fin de l'accompagnement, sous quelle forme sera mon manuscrit ?**

Si vous allez jusqu'au bout du projet et que vous avez dactylographié votre récit, il sera en PDF, prêt à être imprimé. Nous proposons des options de dactylographie et de mise en page pour ceux qui ne possèdent pas d'ordinateur ou qui ne sont pas à l'aise avec les outils informatiques.

- **Est-ce que votre diagnostic portera également sur l'orthographe ?**

Non, l'évaluation portera essentiellement sur la construction, le style d'écriture, le fond et la forme. Toutefois, nous pouvons vous proposer le service d'un correcteur professionnel. Le coût dépendra du nombre de caractères.

- **Je souhaite imprimer plus de 20 livres, cela est-il possible ?**

Oui, dans ce cas, un devis vous sera envoyé en fonction du nombre d'exemplaires supplémentaires que vous désirez imprimer.

- **J'aimerais publier mon livre chez un éditeur, prenez-vous cela en charge ?**

Non. Nous proposons de l'auto-édition. Si vous souhaitez passer par un éditeur, nous ne faisons pas les démarches à votre place, mais tous les conseils vous sont prodigués dans les syllabus. De plus, votre manuscrit sera adressé au 50 des plus grands éditeurs via "Édith & Nous" et ce pendant 2 mois.

- **Je n'ai pas les moyens de m'offrir la formation ?**

Nous vous proposons de payer votre atelier en trois, six ou douze mensualités. Sachez que la vente de votre livre vous permettra de récupérer une partie de votre investissement.

- **Pourrais-je vendre mes livres ?**

Oui. Vous pourrez vendre votre livre à vos connaissances, dans des foires aux livres, sur internet... Vous pouvez également proposer aux libraires de votre région de mettre votre livre en dépôt. Ce point est expliqué dans le syllabus.



### **Vous avez encore des questions ?**

**Contactez-nous par téléphone au +32 (0)494/15 17 19**

**ou par mail à : [info@ecris.be](mailto:info@ecris.be)**

# Récit de vie - autobiographie

**LAISSER UNE TRACE ÉCRITE. REGARDER EN ARRIÈRE, SE DEMANDER D'OÙ L'ON VIENT. À TRAVERS LA PAROLE ET LES MOTS, RETROUVER SES RACINES. PARTAGER CELA AVEC SES PROCHES. PANSER SES BLESSURES. C'EST TOUT CELA QUE PERMET LE RÉCIT DE VIE.**

**Se plonger dans ses souvenirs d'enfance, se faire témoin d'une époque, transmettre une histoire aux générations futures...**

Qu'est-ce qui pousse au récit de vie ? Souvent, plusieurs motivations s'entrecroisent. Le récit de vie part du passé, mais il concerne aussi le présent et l'avenir. Il est fondamental que ces trois temps interviennent dans le récit.

## **Les effets bénéfiques du récit de vie**

Se raconter aide à prendre de la distance et à donner un sens à son existence. L'intérêt de l'écriture est qu'on peut se relire, redécouvrir ce qu'on a écrit et s'étonner. Écrire fait bouger des choses à l'intérieur, c'est transformateur, ça permet de travailler sur soi-même, tout simplement répondre à un besoin et accéder à un bien-être. Le récit de vie accueille également des personnes en dépression, en burn-out, en souffrance. Les gens ont besoin de retrouver des points de repère, de comprendre comment ils en sont arrivés là. Nous vivons dans une société où tout le monde est censé aller bien, où la tristesse ne peut pas toujours être exprimée, où les deuils sont difficiles à faire.

Il est des faits ou des sentiments qui peuvent s'écrire, mais ne peuvent se dire et le contraire peut s'imposer aussi. L'écrit reste et la parole s'envole. Il est important de bien distinguer les frontières entre l'un et l'autre.

Malgré les effets thérapeutiques de l'écriture, il ne s'agit pas d'une psychothérapie. Si se plonger dans un récit de vie peut aider à réfléchir sur soi-même, cela ne remplace pas une démarche auprès d'un psychologue, qui peut se faire en parallèle si nécessaire.

## **Reconstruire son histoire**

La mise en récit : une façon de se réapproprier le passé, de lui attribuer un sens, lequel évolue, avec le temps. Nos histoires de vie sont toujours des sortes de romans. La fiction fait partie de la manière dont on construit ou reconstruit sa propre histoire.

Michel peut en témoigner *"Une de mes sœurs, après avoir lu mon récit, m'a dit 'mais enfin, ce n'est pas comme ça que cela c'est passé !'. C'est là que j'ai compris qu'on n'écrit pas l'histoire, mais son histoire."*

Replacer ses souvenirs dans un contexte historique, sociologique, familial, avec le recul des années, constitue une démarche puissante. Dans une société où l'on est de plus en plus isolé, le récit de vie se présente comme un correctif qui permet aux gens, livrés à eux-mêmes, de retrouver leurs racines, ce qui fait leur identité. L'exercice leur permet de sortir de certains déterminismes sociaux, de prendre de la hauteur, d'offrir une autre image à leurs enfants, leurs petits-enfants. On ne peut changer son rapport avec le passé, et donc le présent.

## **Pour soi, mais aussi pour les autres**

Si elle n'est pas obligatoire, la diffusion du récit de vie n'en est pas moins une étape clé du processus pour ceux qui choisissent de la franchir. Il y a des choses qui s'écrivent et qui ne peuvent pas se dire. La publication va être créatrice de liens avec les lecteurs, elle peut libérer la parole, susciter l'émotion et l'évocation d'autres souvenirs. Elle peut donner lieu à des retours positifs et négatifs qu'on n'attendait pas. Il faut y être préparé.

La publication du livre de Michel lui a donné l'occasion d'aplanir des contentieux avec son père : *"Cela a aussi permis de rétablir le courant au sein de ma famille, que ce soit avec mes fils ou avec mes frères et sœurs."* Le récit de vie peut ainsi régénérer du dialogue et faciliter les échanges sur certains sujets, dans un climat plus apaisé, l'écriture ayant permis de déposer les choses.

On écrit différemment selon que l'on s'adresse pour soi-même ou à destination d'un public plus ou moins large. Dès qu'on pense à diffuser ou publier ses écrits, il faut être conscient que ça sort du cadre protecteur de l'atelier d'écriture. Ça va être lu, notamment par l'entourage, qu'on ne peut empêcher de réagir. Le manuscrit doit être retravaillé dans cette optique. L'attrait pour l'autobiographie ou le portrait provient d'un besoin de renouer avec sa famille, avec les lieux que l'on habite, avec le passé.

Quel que soit le désir qui les motive, témoignages, portraits et récits de vie plongent au cœur de l'humain ceux qui les produisent et ceux à qui ils sont offerts.

Source : extrait journal "en marche" du 15-10-2020

## *Un rêve se réalise. . .*

*« Cela fait dix ans que je travaille à mon arbre généalogique. J'ai réussi à remonter jusqu'en 1782 et je suis fier du résultat. Pour donner plus de vivants à mon arbre, je suis en train d'écrire l'histoire de plusieurs membres de ma famille, comme une petite biographie. Connaître leurs noms et leurs dates, c'est bien de savoir un peu ce qu'ils ont fait, c'est mieux. Je questionne la famille et j'écris tout ce que j'apprends. Cela sera un formidable cadeau pour les générations futures, j'en suis convaincue ! » Anne, 53 ans*

*« Mes enfants habitent aux quatre coins du monde. Je voulais écrire mon histoire pour leur expliquer leurs origines et les racines de la famille. Comme ça je sais que ce livre sera toujours un lien entre eux, même s'ils ne se voient pas souvent dans l'année. » Caroline, 52 ans*

*« Je me sens soulagée de vous avoir raconté toutes ces choses. Je n'avais jamais osé en parler, même à mon mari. Maintenant, je me sens libérée d'un grand poids et je vois l'avenir autrement. » Sophie, 42 ans*

*« Vous les amateurs de lecture, qui ne pouvez vous arracher aux pages d'un roman, tentez l'aventure ! écrivez ! L'Atelier d'écriture des Amis de la Plume vous tendra une plume qui vous guidera dans les constructions, le style, les dialogues, les descriptions, la couverture, la publication et la communication avec tout le monde littéraire. Moi, j'ai reçu conseils, guidance, encouragements et me voici devant mon roman achevé et prêt à être publié. Ayant confiance. Inscrivez-vous. » Viviane 73 ans.*

## *Votre décision est prise ?*

Vous pouvez commencer votre atelier d'écriture par correspondance, dès que vous le souhaitez. Renvoyez-nous le bulletin d'inscription dûment complété pour recevoir rapidement votre atelier d'écriture dans votre boîte à lettres. Vous pouvez également vous inscrire en ligne sur notre site internet : [www.ecrit.be](http://www.ecrit.be)