

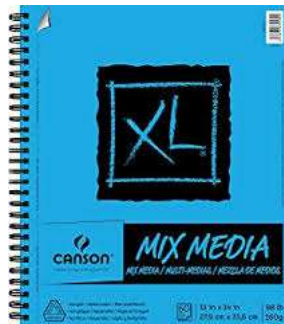
Tu trouveras dans cette liste les différentes marques de matériel nécessaire pour débiter un art journal. Bien sûr, il en existe plus que cela, mais pour commencer c'est ce qui marche et qui n'est pas forcément cher.

Note : Chaque photo d'item est un lien qui mène aux sites web de deserres.ca et Hachem.ca , les magasins d'art les plus complets du Québec où tu peux acheter le matériel de base pour commencer un art journal.

Si tu vis ailleurs qu'au Québec, tu peux chercher avec google le magasin près de chez toi qui vend ces marques, ou commander sur amazon.fr.

JOURNAL

Journaux mix médias de *Canson*



Journaux médias mixtes *Strathmore*



Journaux haut de gamme

Dylusions



Moleskine aquarelle



MARQUES DE PEINTURE ACRYLIQUE

DOLLARAMA (économique)



PEBEO



MARQUE DE SERRES



AMSTERDAM



TRI-ART



LIQUITEX (haut de gamme)



GISSO

Le gesso se trouve dans tous les magasins d'art avec différentes qualités. Il n'est pas nécessaire d'acheter les plus chers pour le journal.



MÉDIUM ACRYLIQUE



MARQUEURS PEINTURE

Liquitex



**Marqueurs à l'eau
Sharpie**



Marqueurs Posca
(meilleure qualité)



MAGASINS AU QUÉBEC & MONTRÉAL

Omer de serres : [trouvez un magasin en cliquant ici](#)

Michael's : [trouvez un magasin en cliquant ici](#)

Hachem : [trouvez un magasin en cliquant ici](#)

Brault et Bouthillier : [site web](#)

Magasin de fournitures pour les écoles et les classes. Prix intéressants.

Scrapbook Centrale : [site web](#)

Ce magasin est spécialisé en scrapbooking et art journaling. Il propose beaucoup de produits qu'on ne trouve pas dans les grands magasins et propose aussi des classes.



Liste de matériel et leurs marques



Voilà, j'espère que cette liste t'a été utile et que tu commenceras bientôt une pratique créative dans ton art journal 😊

Bénéfices d'une pratique créative :

- La créativité permet de développer et d'enrichir sa propre vie
- La confiance en soi augmente
- Le stress et l'anxiété diminuent
- La curiosité et l'audace se développent
- L'envie d'essayer de nouvelles choses grandit
- Le sentiment d'être plus allumée et plus vivante augmente
- Mieux-être psychologique, émotionnel et physique

Qui suis-je?

Je suis Alice Albertini, guide créative, artiste, facilitatrice d'ateliers et art-thérapeute certifiée.

J'aide les femmes à se reconnecter librement et joyeusement avec leur pouvoir, leur authenticité à travers une pratique créative consciente et thérapeutique.

Je facilite régulièrement des ateliers créatifs de transformation et d'art journal.

Je suis également art-thérapeute certifiée basée à Montréal.

Site web : <https://flowcreatif.com/>

Suivez-moi sur [Instagram](#) ou [Facebook](#)

Réclame ton cahier [d'exercice gratuit](#)

Bonne création!