L'artiste Lisa Congdon photographie chaque jour une collection différente : ici, des cartes de fil à repriser.

PETITS TRAVAUX DU JOUR

Les projets "365 jours" font fureur. De plus en plus de personnes écrivent, dessinent, bricolent… et en font le compte-rendu quotidiennement sur le Net. Et si on s'y mettait nous aussi ? Voici comment se lancer dans l'aventure d'un blog créatif et s'y tenir.

"Un voyage de mille lieues commence par un pas." Cette pensée de Confucius nous rappelle que même les grandes réalisations sont petites au départ et qu'il ne faut pas avoir peur des commencements. Là, réside tout le charme des projets "365 jours". Chaque jour dans le monde, des personnes postent des images ou des mots. Ils racontent ce qu'ils font, quel sens cela a pour eux et, au bout d'un an, l'ensemble de leurs créations est devenu énorme. Le sujet traité n'a pas d'importance. Tout est possible. Un Américain se prend chaque jour en photo avec une serviette nouée sous le nez, comme une barbe. Il suffit d'oser : chacun peut présenter son projet comme il veut. Cela peut-être par exemple la photo de son enfant en train de dormir ou le dessin d'un objet. L'important n'est pas de se demander qui pourrait s'intéresser à ce blog, mais bien ce que l'on aurait envie de faire chaque jour pendant un an.
Les projets "365 jours" constituent un excellent moyen d'éveiller sa créativité. On réalise quelque chose chaque jour, sans que ce travail soit trop contraignant, car même une succession de petits accomplissements quotidiens peut donner un grand résultat.
L'Américaine Dana Beach avait depuis longtemps envie de réaliser une couverture en carrés au crochet, les fameux *granny squares,* mais la tâche lui semblait titanesque et effrayante. "J'ai décidé de crocheter un carré par jour et d'en parler sur mon blog. Au début, j'avais peur d'avoir l'impression de faire mes devoirs du soir, mais après 100 *granny squares,* le projet est devenu partie intégrante de ma vie." La blogueuse et rédactrice web française Shalima est une récidiviste. Elle a entamé en 2014 son quatrième projet ➳

Les projets cités dans cet article

Dana Beach, craftyminx.typepad.com/a_granny_a_day
✻ **Shalima,** mercipourlechocolat.fr/category/video
✻ **Henri Jacobs,** www.henrijacobs.be/journaalmap.htm/journaal.htm ✻ **Asta Lander,** www.facebook.com/AstaLanders365PaintingsChallenge ✻ **Peggy Turchette,** peggyturchette.blogspot.fr ✻ **Kirsty Hall,** 365jars.com ✻ **Gertie Jaquet,** astampaday.blogspot.fr ✻ **Anja Brunt,** 365facesproject.blogspot.fr ✻ **Julie Powell,** juliepowell.blogspot.fr

Gravé à la main : un tampon par jour, par Gertie Jaquet.

Pas à pas

Quelques conseils pour ceux qui veulent se lancer :

* Estimez de façon réaliste le temps que vous pouvez consacrer à votre projet.
* Choisissez une technique qui vous plaît de toute façon (photo, peinture, fusain, laine, etc.). Ou, pourquoi ne pas en choisir une que vous avez envie d'essayer depuis longtemps et en profiter pour vous exercer chaque jour ?
* Persévérez ! Astreignez-vous à une création tous les deux jours si les choses n'avancent pas comme vous l'aviez imaginé.
* Publiez votre travail sur un blog, Flickr, Twitter, Facebook ou Youtube. Les réactions des lecteurs sont une excellente motivation pour continuer.
* Faites simple ! Il ne s'agit pas d'atteindre la perfection. Ne vous laissez pas gagner par le stress. Concentrez-vous uniquement sur le travail du jour.

Ces conseils sont tirés entre autres du livre de Noah Scalin "365: A Daily Creativity Journal", publié aux éditions Voyageur Press. Retrouvez le blog créatif de Noah sur makesomething365.blogspot.fr

"365 jours". Elle s'est fixé pour objectif de filmer une seconde de vidéo chaque jour. Elle les met bout à bout chaque mois dans un film mis en ligne sur son blog.
Faire chaque jour quelque chose pour soi est certes intéressant, mais pourquoi en parler sur Internet ? Selon le psychologue américain Leonard Martin, les gens connaissent plus de succès dans leurs projets s'ils reçoivent régulièrement des réactions positives, car cela leur indique qu'ils sont sur la bonne voie. C'est aussi le cas pour les projets "365 jours" : chaque jour, on voit grandir ses créations et on permet aux autres d'assister à leur évolution. En outre, on s'y tient plus facilement quand il y a des lecteurs qui suivent le projet et attendent la prochaine publication. Les artistes professionnels aussi s'obligent à créer chaque jour pour booster leur créativité. Le peintre Henri Jacobs réalise chaque jour un tableau et incite ses élèves à en faire autant. "Cela aide à démarrer. Beaucoup d'artistes restent assis là, à attendre l'inspiration, alors que l'art est un travail comme un autre. Fais-toi violence et le reste suivra. Bien sûr, on prend des claques de temps en temps, mais le plus souvent, c'est profitable, on trouve des thèmes inattendus et des idées fascinantes", explique Henri Jacobs. En 2013, l'Australienne Asta Lander a connu un grand succès avec un projet pictural similaire, à voir et à commenter sur Facebook.
Un projet "365 jours" est en outre un bon moyen de sortir de sa réserve et de contrebalancer la routine. Après des journées de travail interminables avec des délais intenables, l'illustratrice américaine Peggy Turchette se sentait épuisée et n'aspirait qu'à rester au calme chez elle. Elle sentait qu'elle avait besoin de retrouver la joie qu'elle éprouvait auparavant dans son travail créatif. C'est ainsi que lui est venue, en 2011, l'idée de son projet : créer chaque jour un nouvel oiseau. "Ce qui m'a le plus intéressée dans ce projet ? J'ai pu essayer sans cesse de nouveaux styles et matériaux. Et comme je n'ai consacré que peu de temps à chaque oiseau et que je ne suis pas revenue dessus le lendemain, je suis même venue à bout de mon perfectionnisme", déclare

365 Visages, par Anja Brunt.

TEXTE **CAROLINE BUIJS**

Peggy. Et ce qui est encore plus important pour elle, c'est qu'elle se considère aujourd'hui comme une personne différente. "Je ne suis plus peintre de commande, j'y ai gagné une personnalité gaie, créative et intéressante."
Faire participer les autres à son projet est aussi très gratifiant. L'artiste britannique Kirsty Hall a mené en 2011 une action interactive : elle a caché dans Bristol des bocaux contenant une petite création. Sur son blog, elle répertoriait les différents pots et les gens qui les avaient dénichés. Elle explique : "Au départ, l'idée était de marcher chaque jour, mais je savais que si je reliais ces promenades à un projet plus vaste, je m'y tiendrais plus volontiers. De plus, mon travail de coach était très prenant. J'avais très envie que l'art prenne davantage de place dans ma vie." Le projet de Kirsty a pris son envol et des milliers de personnes ont suivi son blog.
On peut bien sûr aborder les choses de façon plus modeste, comme l'illustratrice Gertie Jaquet avec son projet "Un tampon par jour" (Gertie a dessiné pour nous le motif du tampon fait maison p. 122). "Je trouve la gravure délassante", déclare-t-elle. "Me concentrer sur quelque chose qui me fait plaisir me permet d'organiser mes pensées." Anja Brunt, pour sa part, a intitulé son projet "365 visages". Chaque jour, elle a imaginé une tête avec des matériaux variés. "Les gens ont adoré ! J'ai reçu plein de commentaires et de conseils", dit Anja. "Et en plus, j'ai créé des œuvres d'art. Un jour, je pensais à l'explorateur Ernest Shackelton et j'ai réalisé un visage barbu. J'ai fixé la petite tête sur un portrait découpé dans un vieux livre sur les expéditions polaires et j'en ai fait un petit tableau couleur sépia, collé sur du carton. Et que s'est-il passé ? Quelqu'un a tout de suite voulu l'acheter !"
On ne sait jamais quelle tournure vont prendre les événements. Un projet "365 jours" peut faire évoluer son auteur sur le plan personnel uniquement, mais ces petits travaux quotidiens peuvent aussi éveiller l'intérêt d'un éditeur désireux d'en faire un livre, ou d'un réalisateur, comme pour le fameux projet Julie/Julia.
Un jour la New-Yorkaise Julie Powell décide de réaliser chacune des recettes publiées par la papesse de la cuisine Julia Child (il y a 524 recettes dans son célèbre livre de cuisine). Julie était alors dans une phase difficile et espérait que ce projet lui remonterait le moral. Son blog, sur lequel elle décrivait ses réalisations, a été lu par des millions de gens. Finalement, le blog est devenu un livre et le livre a été porté à l'écran par Norah Ephron, sous le titre *Julie & Julia,* avec Meryl Streep dans le rôle principal. Quand on commence un projet "365 jours", tout peut vraiment arriver ! ●

Un carré au crochet par jour : la couverture de Dana Beach est devenue immense.

LA BOÎTE À IDÉES

Envie d'un projet "365 jours"? Voici 116 suggestions.
Les plus belles, les plus bizarres, les plus amusantes...

1. Acheter - ou dénicher dans sa collection - une carte postale qui reflète son humeur.
2. Prendre une photo du même endroit à la même heure, une rue par exemple, à l'instar du buraliste interprété par Harvey Keitel dans le film "Smoke", de Wayne Wang.
3. Fabriquer une fleur avec des matériaux ordinaires, papier journal, d'emballage...
4. Choisir au hasard trois lieux dans un atlas, puis décrire comment on les imagine en trois phrases.
5. Photographier son repas ou le goûter des enfants. Plein d'idées sur lunchbox-365.blogspot.fr
6. Créer des personnages avec des fruits ou des légumes. Des idées sur grapefruitoons.wordpress.com
7. Photographier les panneaux de signalisation ou encore les plaques de rue.
8. Faire un petit croquis de son animal de compagnie.
9. Photographier le plan de travail avant de cuisiner et après.
10. Découper chaque jour un lapin dans du papier.
11. Imaginer et dessiner des lettres pour créer son propre alphabet. Des exemples sur www.dailydropcap.com
12. Peindre ou photographier chaque jour le même arbre (ou un arbre différent).
13. Demander à quelqu'un de faire un croquis et en faire une peinture.
14. Découper chaque jour un napperon en dentelle de papier.
15. Dessiner, découper ou peindre une étoile.
16. Photographier ou dessiner quotidiennement un objet dans sa maison.
17. Imaginer un pictogramme pour représenter quelque chose de la vie courante.
18. Dessiner le contour de la main de son enfant et noter sa croissance durant une année.
19. Dessiner chaque jour un tatouage au stylo feutre.
20. Plier une grue en origami et noter le temps passé à la faire.
21. Réaliser une construction avec des briques Lego et en prendre une photographie.
22. Imprimer les veines d'une feuille avec de l'encre.
23. Dessiner ou photographier un détail en plan macroscopique afin que sa provenance soit méconnaissable.
24. Ramasser des cailloux ou des brindilles et noter l'endroit où on les a trouvés.
25. Se documenter sur l'actualité de son année de naissance jour après jour et en faire un blog.
26. Fabriquer un personnage ou une forme avec des cure-pipes.
27. Rédiger en trois phrases le profil d'un personnage fictif, avec son nom, sa profession, sa situation sentimentale et où il vit. Dessiner son portrait.
28. Découper des petits morceaux de papier et en faire une mosaïque.
29. Marquer son empreinte digitale à l'encre, puis dessiner autour pour la transformer en animal, en personnage...
30. Faire chaque jour un dessin sur une carte postale et l'envoyer à quelqu'un au hasard. Des exemples sur jillstodayisaw.blogspot.com
31. Prendre une photo d'un film ou d'une émission de télé, l'imprimer pour la mettre dans un album en indiquant la date et l'heure.
32. Chercher une anagramme d'un mot tiré du journal: découper les lettres et les disposer de façon à créer un nouveau mot.
33. Tous les matins, écrire trois pages entières avec tout ce qui passe par la tête. Selon l'auteur Julia Cameron, ces "pages du matin" favorisent la créativité.
34. Photographier chaque jour ses yeux.
35. Faire une pause de dix minutes chaque jour et prendre ce temps pour noter dans un cahier tout ce qui vient à l'esprit.
36. Construire un robot par jour, avec des tubes de carton, des vis, des bouchons... Des idées sur www.robotaday.com
37. Porter une pièce de vêtement à l'envers: une chaussette, un sac, un pull...
38. Rédiger le guide touristique d'un pays de son invention. Écrire chaque jour une page et dessiner les cartes.
39. Courir ou marcher 5 kilomètres chaque jour pendant un an.
40. Laisser un dessin ou un message encourageant dans un lieu public, par exemple sur un banc, dans le bus...
41. Transformer une image de magazine ou une carte postale en œuvre d'art: la peindre, faire un collage, l'encadrer...
42. Tracer un graphique de son humeur du jour.
43. Demander à quelqu'un de nous photographier en train de sauter.
44. Tricoter une écharpe pour poupée Barbie.
45. Dessiner une maison par jour. À voir sur happyhomemaking365.blogspot.fr
46. Écrire une lettre. Des exemples sur 365lettersblog.blogspot.fr
47. Dessiner une fenêtre derrière laquelle se tiennent des personnages imaginaires.
48. Chercher la définition du premier mot nouveau que l'on lit.
49. Faire une cocotte en papier.
50. Faire ami-ami avec un animal rencontré dans la rue.
51. Fabriquer un objet, le cacher et laisser des indices pour le retrouver sur son blog.
52. Photographier une nouvelle porte chaque jour.
53. Dessiner un timbre et le coller sur une carte postale à côté d'un vrai.
54. Lire chaque jour un article dans un journal étranger.
55. Bricoler un objet flottant.
56. Manger avec des baguettes et faire son autoportrait. C'est en forgeant qu'on devient forgeron!
57. Écouter une chanson favorite en faisant un dessin.
58. Dessiner une étiquette pour du pain, de la lessive, du vin...
59. Modifier son trajet chaque jour.
60. Vernir ses ongles différemment chaque jour. Des idées sur thedailynailblog.com
61. Créer des décorations et des emballages et les utiliser. À voir sur hellosandwich.blogspot.fr/search/label/Wrapping
62. Prendre chaque jour en photo une jolie bouteille.
63. Faire un dessin les yeux bandés et décider après coup ce que c'est.
64. Créer le drapeau d'un pays imaginaire.
65. Écrire à la craie un message positif sur le trottoir.
66. Offrir quelque chose chaque jour : un sourire, un service, un compliment ou un objet dont on n'a plus besoin. À voir sur 365give.ca
67. Planter une graine.
68. Photographier son chiffre fétiche, son âge ou sa date de naissance partout où on les voit.
69. Écrire chaque jour une phrase d'une histoire.
70. Inventer son propre bulletin météo. Beau temps garanti ou orage en fin de journée?
71. Couper un carré de tissu de 5x5 cm et le coudre à celui de la veille, pour faire une couverture en patchwork de 365 carrés.
72. Transformer un objet en quelque chose de nouveau. Par exemple faire un doudou avec une chaussette. Des idées sur thesweaterproject.blogspot.fr
73. Dessiner un visage. À voir sur yepr-a-face-a-day.blogspot.fr
74. Faire un gribouillage par jour avec pour devise "Picasso, c'est moi". Des idées sur thedoodledaily.com
75. Illustrer une citation ou un proverbe. À voir, lisacongdon.com/blog/category/365-days-of-hand-lettering
76. Fabriquer un animal en plâtre. Pour voir des tortues : angelasdailyturtle.blogspot.fr
77. Faire un dessin sans lever le crayon.
78. Photographier un morceau de trottoir, de chaussée, de sol.
79. Écrire une nouvelle en dix mots et l'illustrer.
80. Dessiner une chose ou une situation vécue agréable.
81. Représenter quelque chose avec des perles. Des idées sur beadsforbrains.blogspot.fr
82. Dessiner, découper ou peindre un petit monstre.
83. Créer un blason pour des familles proches. Quand elles sont toutes pourvues, inventer de nouvelles familles.
84. Noter une phrase entendue par hasard dans le métro ou au supermarché.
85. Prendre en photo une curiosité des environs par tous les temps.
86. Écrire des vers rimés, par exemple un quatrain tout simple.
87. Prendre en photo les objets les plus variés, mais tous de la même couleur.
88. Construire une maquette miniature en papier ou en bois.
89. Tricoter un rang d'une écharpe avec un fil correspondant à la couleur du ciel.
90. Photographier chaque jour un vêtement différent de sa garde-robe.
91. Dessiner les nuages qu'on voit passer dans le ciel.
92. Trier chaque jour cinq objets dont on n'a plus l'usage. Donner ceux qui peuvent servir à la fin de la semaine.
93. Commencer une collection et tenir un blog. Des idées sur collectionaday2010.blogspot.fr
94. Dessiner une machine imaginaire.
95. Dessiner ou photographier tout ce qu'on achète pendant un an. À voir sur theokbb.tumblr.com
96. Inventer chaque jour un nouveau rébus.
97. Photographier la devanture du même magasin, un fleuriste, un kiosque à journaux ou une pâtisserie par exemple.
98. Noter trois choses qui ont fait que la journée valait la peine d'être vécue.
99. Dessiner une image surréaliste à la manière de Dalí ou Magritte.
100. Réécrire ses contes de fées préférés.
101. Faire chaque jour quelque chose qu'on n'a encore jamais fait. À voir sur jen365.blogspot.fr
102. Plier des avions en papier.
103. Apprendre à jouer d'un instrument de musique, s'exercer dix minutes par jour et s'enregistrer pour prendre note de ses progrès.
104. Faire un dessin sur un miroir et prendre en photo le résultat.
105. Acheter une nappe unie et broder dessus une fleur par jour.
106. Découper une image de magazine qui reflète son humeur.
107. Photographier le ciel tous les jours à la même heure, de préférence du même point de vue, par exemple avec la même cheminée dans le champ.
108. Parler chaque jour avec un inconnu. Noter la phrase la plus importante de la conversation.
109. Plier une feuille de papier pour former un minicahier de huit pages et y décrire sa journée.
110. Cueillir une fleur ou une feuille d'arbre, puis la dessiner avec le plus de détails possible.
111. Inventer un mot à la sonorité agréable et lui donner une définition.
112. Prendre une photo en noir et blanc d'un objet, d'une personne ou d'un lieu.
113. Dessiner un papillon avec des motifs différents sur les ailes chaque jour.
114. Rassembler des objets dépareillés (une cuiller, un crayon, une épingle à cheveux...) et créer une image avec.
115. Imaginer chaque jour un nouveau motif de papier peint.
116. Tenir un journal de tout ce que l'on mange et l'illustrer.