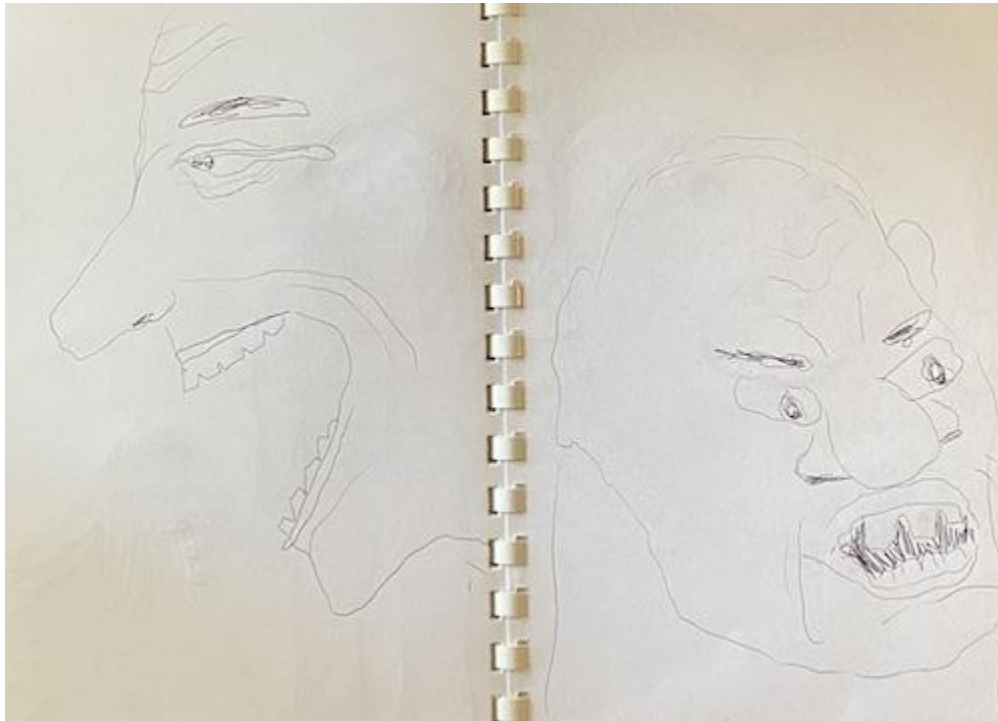


décembre 2025

de élisabeth à toi

10e mois de correspondance.



bonjour,

et merci de me faire une place dans ta boîte de réception.

étrange de trouver un brin d'espace interne pour continuer cette lettre mensuelle, même avec les résistances, les fatigues. pourtant, quand je la termine, je suis toujours heureuse de l'avoir écrite.

en décembre, P. et moi avons travaillé sur la création de sa propre correspondance avec sa communauté.

en trois mots, ce qu'elle dit de mes services ponctuels : **fiabilité, approfondissement, idées.**

si tu es intéressé·e, je t'invite à remplir ce simple formulaire, sur mon site web :

<https://www.elisabethberge.ca/recalibrage>

intro

cette lettre arrive à ta porte numérique chaque dernier jour du mois.

[\[relire celle de novembre\]](#)

temps de lecture : ~5 minutes

un concentré d'idées, de méthodes, de ressources, de photos, de dessins, de colère, de compassion, de découvertes culturelles et de projets en cours.

petit dossier du mois

résolument tout colorer

en décembre, j'ai peinturé seule mon petit studio, qui était rendu gris plus que blanc. c'était assez chiant (vraiment chiant parfois, surtout en hauteur et à la troisième couche), mais j'ai persévéré. je faisais ça le soir, à coups de une ou deux heures. au total, ça m'a pris environ deux semaines, avec plusieurs soirs d'arrêt.

pour égayer l'antre, j'ai travaillé avec quatre couleurs pastel, créées à partir de mélanges. oui oui, on peut mélanger des couleurs et s'amuser avec ça.

conseil pratique : se garder un bon tiers de gallon pour plus tard, au cas où il y aurait des retouches à faire.

à la friperie Renaissance, il y a des gallons de couleurs très pâles pour seulement 23 \$ (aucune taxe chez Renaissance). c'est très raisonnable. j'avais aussi trois restes de peinture : du

vert olive foncé, du jaune et du rouge. je me suis amusée à puncher et vivifier les couleurs initiales, à tâtons.

n'hésite pas à m'écrire si tu veux plus de conseils.
ça réchauffe beaucoup le studio.





section deep

ce que je n'écris qu'ici

quand je lis, j'encercle tous les mots que j'aime ou que je ne connais pas, puis je les note. ça donne des fiches et des fiches de lexique incroyables, à réutiliser ailleurs. la langue française me fascine, surtout tous ces mots qu'on utilise peu ou pas. j'aime aussi jouer avec les temps de verbe, particulièrement le passé simple.

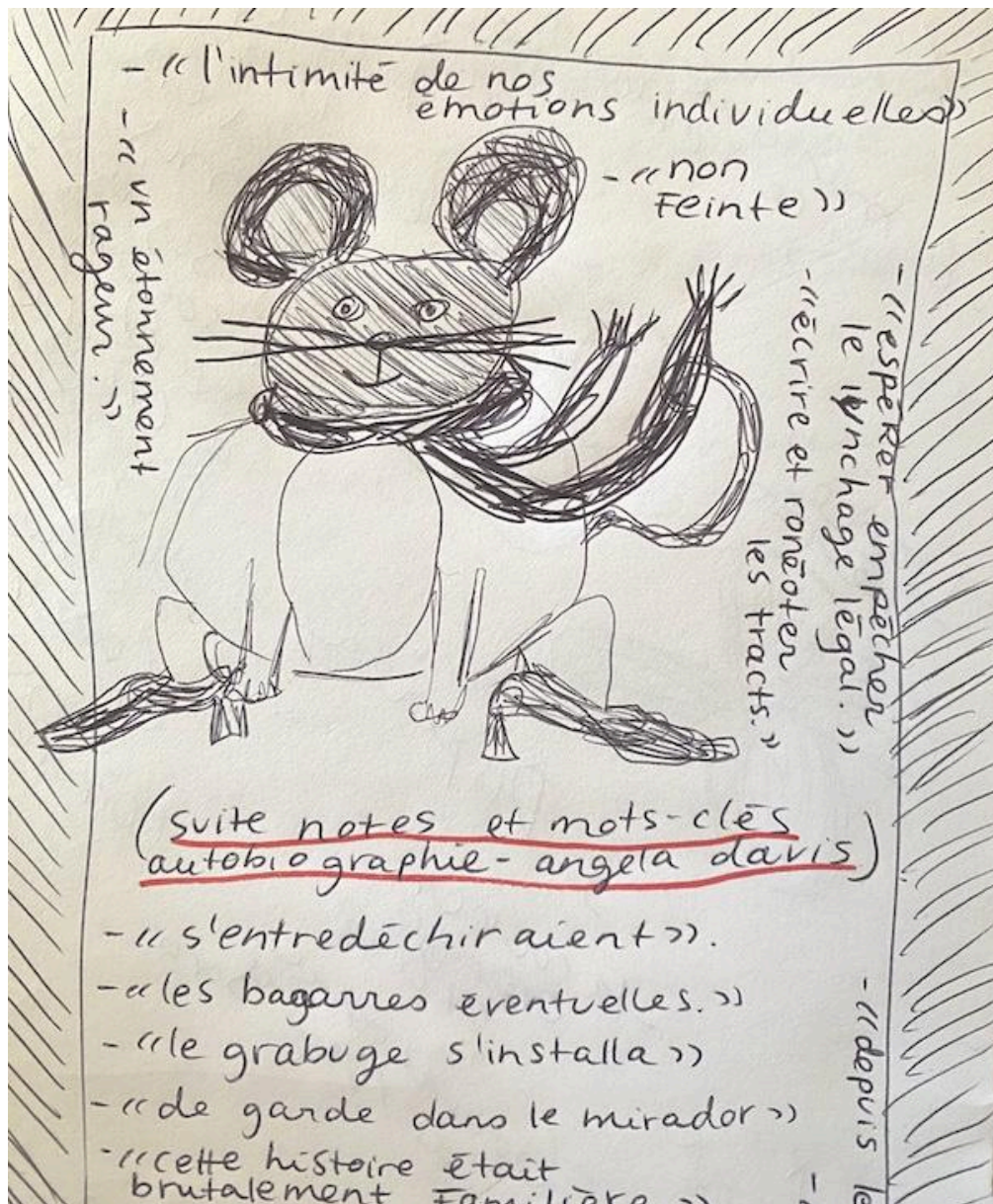
exemple, voici une liste tirée de *Autobiographie* d'Angela Davis :

évertué·e·s
polarisât
banqueroute
suspicion
inappréciable
escamotage
pompiste
asperger
abscons
raide
rondouillard et rougeaud
oasis
vie végétative
bois blond
matonne
vétuste
couchette
paperasserie
en deçà
accoutumance
une foule de femmes « se massaient » devant l'entrée
escorte
langage ordurier
érosion
bousculade
effarouché
donjon

stimulus
aéroportée
lieutenante
requête
fronton
ventrus

lequel de ces mots résume le mieux ton
mois de décembre ?

moi, c'est couchette.



en cours – à venir

- **écriture du recueil de poèmes**

(bourse CALQ, mentorat avec Nelly Desmarais)

- **services en stratégie de communication et réseaux sociaux**

j'ai accompagné P. dans la création de sa correspondance avec son public. on a trouvé ensemble le ton juste.

en trois mots, P. décrit mon accompagnement ainsi : **fiabilité, approfondissement, idées.**

si ça t'appelle, le formulaire est ici :

<https://www.elisabethberge.ca/recalibrage>

- j'écoute toujours cette [visualisation guidée](#) chaque matin depuis février 2025 (oh oui). bien sûr, je suis un humain : je saute deux ou trois jours par mois, ou je reprends l'audio l'après-midi si je ne peux pas le faire le matin.
- encore le service karma yogi au @idolem villeray. gratitude.

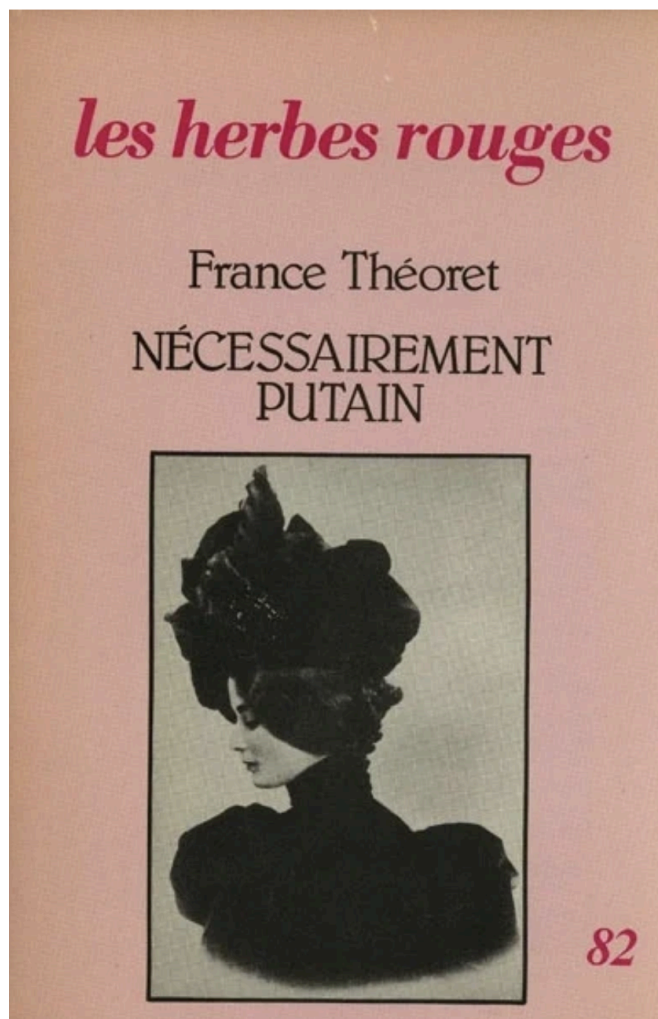
j'aime particulièrement les cours de pranayama avec [Tania](#)



découvertes du mois

lectures

- *Lettres à Eugènes* (merci Josy pour le cadeau de Noël)
- *Conversations* de Herménégilde Chiasson
- *La société de cendres* de Martine Audet
- encore et encore et encore l'anthologie de l'œuvre de France Théoret, la reine



expositions

→ *L'histoire est écrite par les vainqueurs*, Kent Monkman, Musée des beaux-arts de Montréal

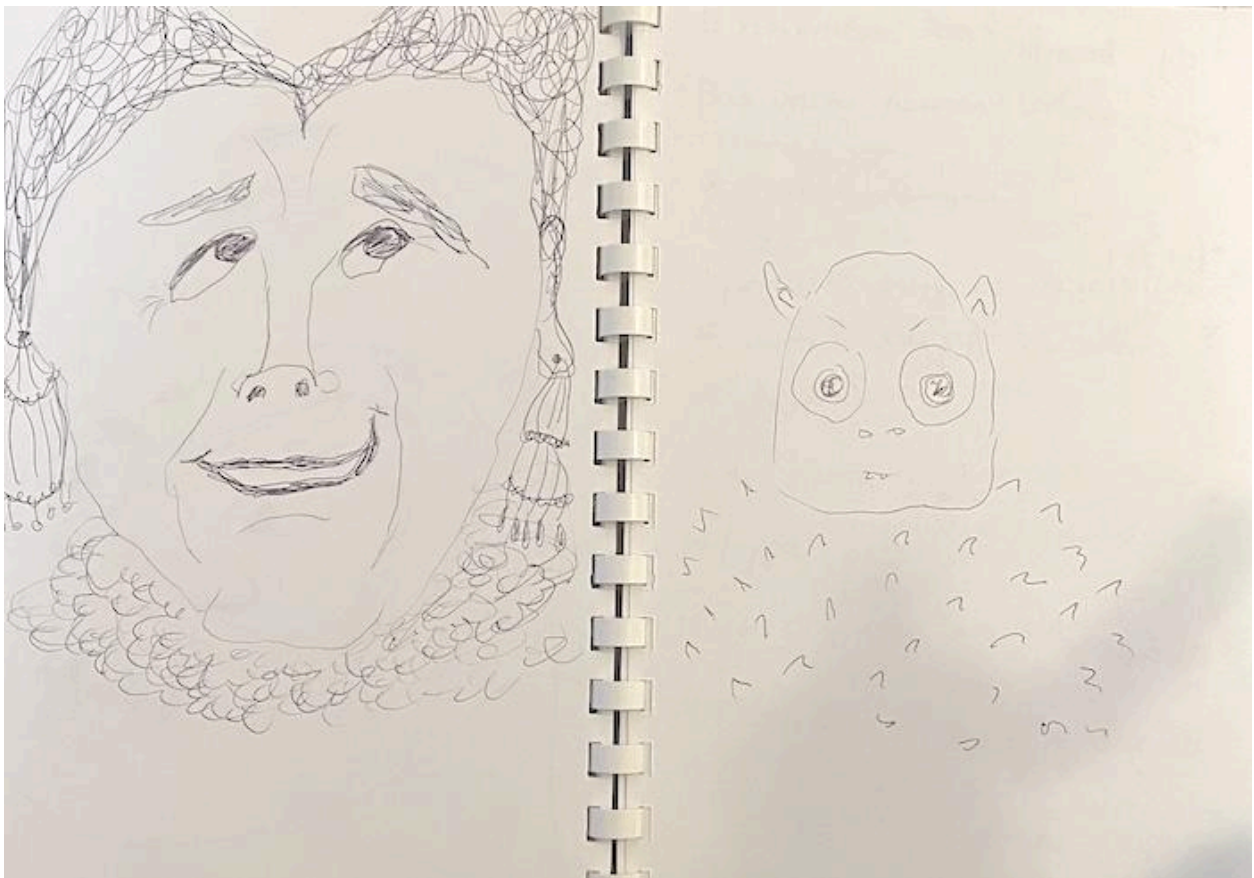
→ coup de cœur pour *Ode marine* de l'amie [Anissa Boukili El Hassani](#), à la Caserne 24

moodboard de décembre

(grosse romance avec Pinterest, oups)

inspiration numérique marquante

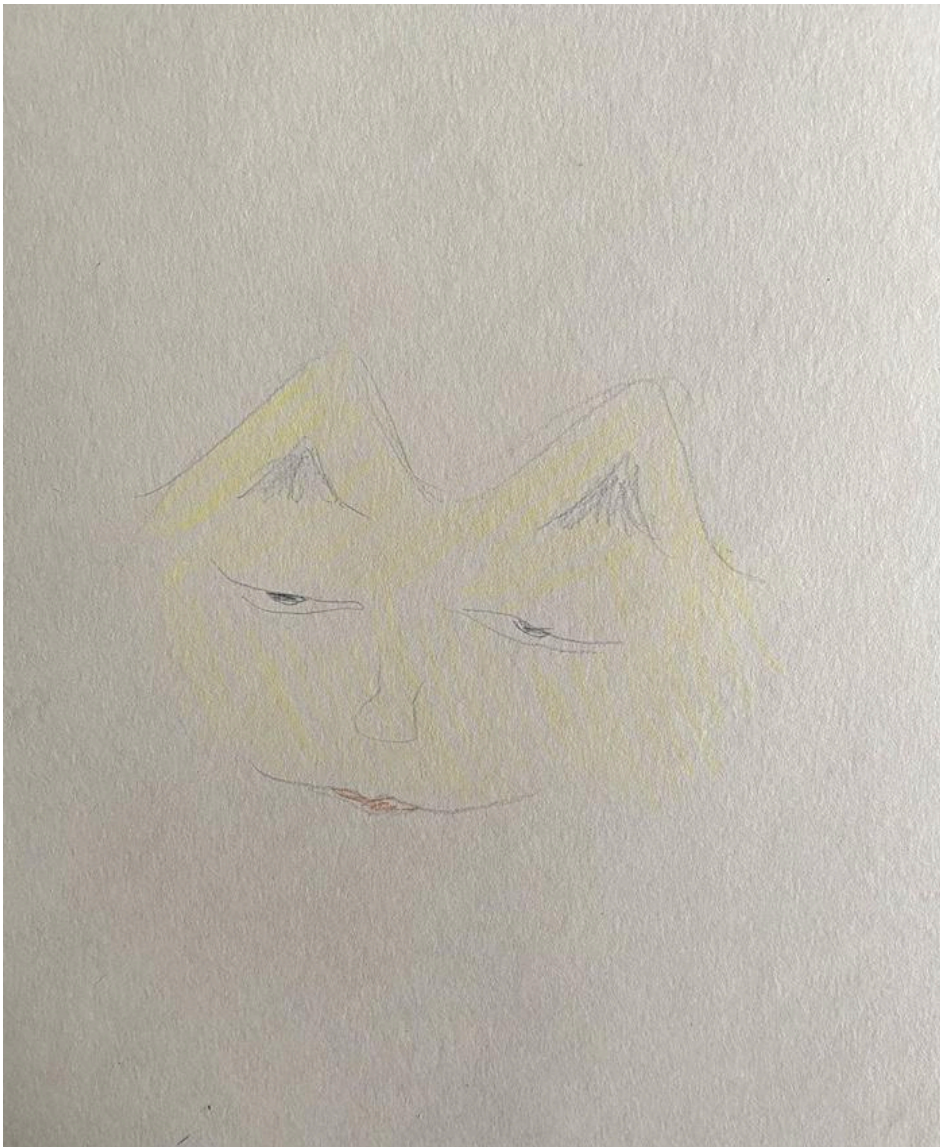
→ le compte Instagram [@anecdote](#)



bio express

<https://www.elisabethberge.ca/bio-1>

mot de pépélou



« j'adore quand il y a des amix à la maison :) »
– pépélou

conclusion

s'organiser.

j'espère que ce concentré d'idées, de méthodes, de ressources, de photos, de dessins, de colère, de compassion, de découvertes culturelles et de projets en cours t'aura réjoui·e.

merci d'avoir lu.

je te quitte avec deux images de nos deux séances du [projet ocre](#) de début décembre.





si tu veux une place pour l'édition de mars, c'est ici :
<https://www.leprojetocre.ca>



élisabeth



elisabethberge.ca · elisabeth.berge.info@gmail.com

cette lettre arrive chaque dernier jour du mois.

[\[relire celle de novembre\]](#)