

STAGE PSYCHO-CORPOREL EN COANIMATION

Mettre du *Mouvement* dans nos Histoires

*« Se réapproprier son histoire pour
ouvrir de nouveaux possibles »*

Théâtre Playback, approches somatiques et création

27 au 29 novembre 2026

Gîte La Maison dans les Étoiles · Saint-Nazaire-le-Désert · Drôme provençale

avec Raffi Cherbedjian
et Bérengère Chevy

Faire place à ce *qui cherche à bouger.*

Se réapproprier son histoire pour ouvrir de nouveaux possibles.

Nos histoires vivent dans nos mots, nos gestes, nos façons d'entrer en relation. Parfois, une place semble se répéter. Un élan reste en suspens. Quelque chose demande à bouger.

Ce stage vous propose de rencontrer votre histoire autrement : partager un fragment de vie, le voir prendre forme grâce au Théâtre Playback, écouter ce qu'il éveille dans le corps.

Puis explorer un geste, une place, une possibilité nouvelle.

Le Théâtre Playback accueille le récit tel qu'il est partagé. Les explorations corporelles et artistiques qui peuvent suivre ouvrent un espace pour l'éprouver, y reconnaître ses ressources et essayer d'autres manières de prendre sa place.

À QUI S'ADRESSE CE STAGE ?

Aux adultes qui traversent une transition, sentent une situation se répéter ou souhaitent redonner une place à leur élan créatif. Vous pouvez venir avec une histoire précise, une question, ou simplement l'envie de vous accorder ce temps.

UNE PLACE POUR CHACUN

Vous choisissez ce que vous souhaitez raconter et la manière dont vous participez. Jouer, prendre la parole, observer ou faire une pause : votre place peut évoluer au fil de l'expérience.

Aucune expérience théâtrale ou artistique n'est nécessaire.

EN UN COUP D'ŒIL

27 au 29 novembre 2026 · du vendredi 10 h au dimanche 17 h

Gîte La Maison dans les Étoiles · Saint-Nazaire-le-Désert · Drôme provençale

12 à 14 places · Théâtre Playback, approches somatiques et création

Du récit *à l'expérience.*

Un chemin progressif, attentif à ce qui se présente. Ces mouvements se répondent au fil des trois jours.

01 Prendre appui

Faire connaissance, sentir ses appuis et entrer progressivement dans le groupe. Repérer ce qui aide à être présent et choisir son rythme.

02 Laisser venir un récit

Une rencontre, une transition, un moment où l'on n'a pas trouvé sa place... Choisir un épisode que l'on souhaite regarder autrement, sans avoir à raconter toute sa vie.

03 Voir et ressentir

Découvrir son récit représenté par d'autres grâce au Théâtre Playback. Observer ce qui résonne, préciser ce qui manque et écouter les sensations qui se présentent.

04 Donner forme à un possible

Un mouvement, un objet, une constellation ou une courte création peuvent ouvrir un espace d'essai : exprimer un besoin, explorer une autre place, donner forme à un élan.

05 Laisser se déposer

Accueillir ce qui a été vécu, reconnaître ce que l'on souhaite garder et choisir un petit pas à prolonger dans sa vie quotidienne.

Le sens de votre histoire vous appartient. Après la restitution Playback, les propositions créatives constituent un temps distinct, choisi avec vous. Il n'est pas nécessaire de traverser toutes les pratiques pour chaque récit.

Le corps, le jeu, *la création*.

Autour du Théâtre Playback, plusieurs voies d'exploration se rencontrent, selon les besoins et ce qui émerge dans le groupe.

LE FIL DU STAGE

Le Théâtre Playback

Une personne partage un moment de sa vie. D'autres le représentent spontanément, par le jeu, le mouvement et la voix. Voir son récit ainsi accueilli offre un autre point de vue et invite à écouter ses propres résonances.

Les approches somatiques

L'attention revient aux sensations, aux appuis et aux limites. Nous prenons le temps de sentir ce qui se passe, d'ajuster l'engagement et de laisser une place aux mouvements qui émergent.

La méditation et la respiration

Des temps pour revenir à la présence, accompagner les passages entre les explorations et laisser l'expérience se déposer.

Les constellations

Une exploration symbolique des places et des relations, à partir de la manière dont la personne vit ou se représente une situation.

L'art-thérapie et le théâtre d'objet

La matière, les images et les objets offrent d'autres chemins d'expression. Ils peuvent donner forme à un ressenti, représenter une ressource ou garder une trace de ce qui a été traversé.

POUR PRÉPARER VOTRE VENUE

Des vêtements confortables, un carnet et, si vous le souhaitez, un objet qui compte pour vous et pourrait trouver sa place dans une exploration.

Venir, *se rencontrer.*

À deux, nous tissons un lien entre l'écoute du corps, le récit et l'expression artistique. L'attention au rythme de chacun accompagne les temps de parole, de jeu, de création et d'intégration.



Raffi Cherbedjian

Psycho-Somatothérapeute,
Praticien en Somatic Experiencing et en NARM • Accompagnement des Traumas Complexes.



Bérengère Chevy

Art thérapeute certifiée spécialisée en intelligence émotionnelle,
et sur la transition en milieu de vie

INFOS PRATIQUES

DATES

27 au 29 novembre 2026

Du vendredi 10 h au dimanche 17 h

LIEU

Gîte La Maison dans les Étoiles

Saint-Nazaire-le-Désert · Drôme provençale

Adresse précise communiquée à l'inscription

HÉBERGEMENT

En dortoir ou en chambre, selon votre budget

REPAS

Partagés, dans un esprit convivial

GROUPE

12 à 14 places · Inscription jusqu'au 15 novembre 2026

PARTICIPATION AU STAGE

SOLIDAIRE

290 €

STANDARD

350 €

SOUTIEN

450 €

Acompte de 100 € à l'inscription pour réserver votre place. Trois tarifs pour que chacun puisse venir : choisissez celui qui correspond à votre situation.

UN PREMIER ÉCHANGE

Raffi · 06 62 62 97 18 · info@somatopsy.com

Bérengère · 07 83 44 68 82 · chevybe@gmail.com

www.somatopsy.com

Fiche d'inscription téléchargeable

Prendre part *au stage.*

Demande d'inscription · 27 au 29 novembre 2026 · Gîte La Maison dans les Étoiles, Saint-Nazaire-le-Désert · Drôme provençale.

À retourner avant le **15 novembre 2026**. Ce PDF se remplit directement à l'écran.

NOM**PRÉNOM****E-MAIL****TÉLÉPHONE****ADRESSE****VILLE****TARIF DE PARTICIPATION**

- ☐ Solidaire · 290 €
- ☐ Standard · 350 €
- ☐ Soutien · 450 €

HÉBERGEMENT SOUHAITÉ

- ☐ En dortoir
- ☐ En chambre

TRAJET

- ☐ Je propose un covoiturage
- ☐ Je cherche un covoiturage

PARTICULARITÉS ALIMENTAIRES (POUR LES REPAS PARTAGÉS)**UN MESSAGE, UNE QUESTION, CE QUI VOUS AMÈNE (FACULTATIF)**

- ☐ J'ai pris connaissance des modalités : la place est confirmée après un échange avec les animateurs et le versement d'un acompte de 100 €.

DATE**NOM / SIGNATURE****À RETOURNER À L'UN DES DEUX CONTACTS****Raffi** · 06 62 62 97 18 · info@somatopsy.com**Bérengère** · 07 83 44 68 82 · chevybe@gmail.com**www.somatopsy.com**