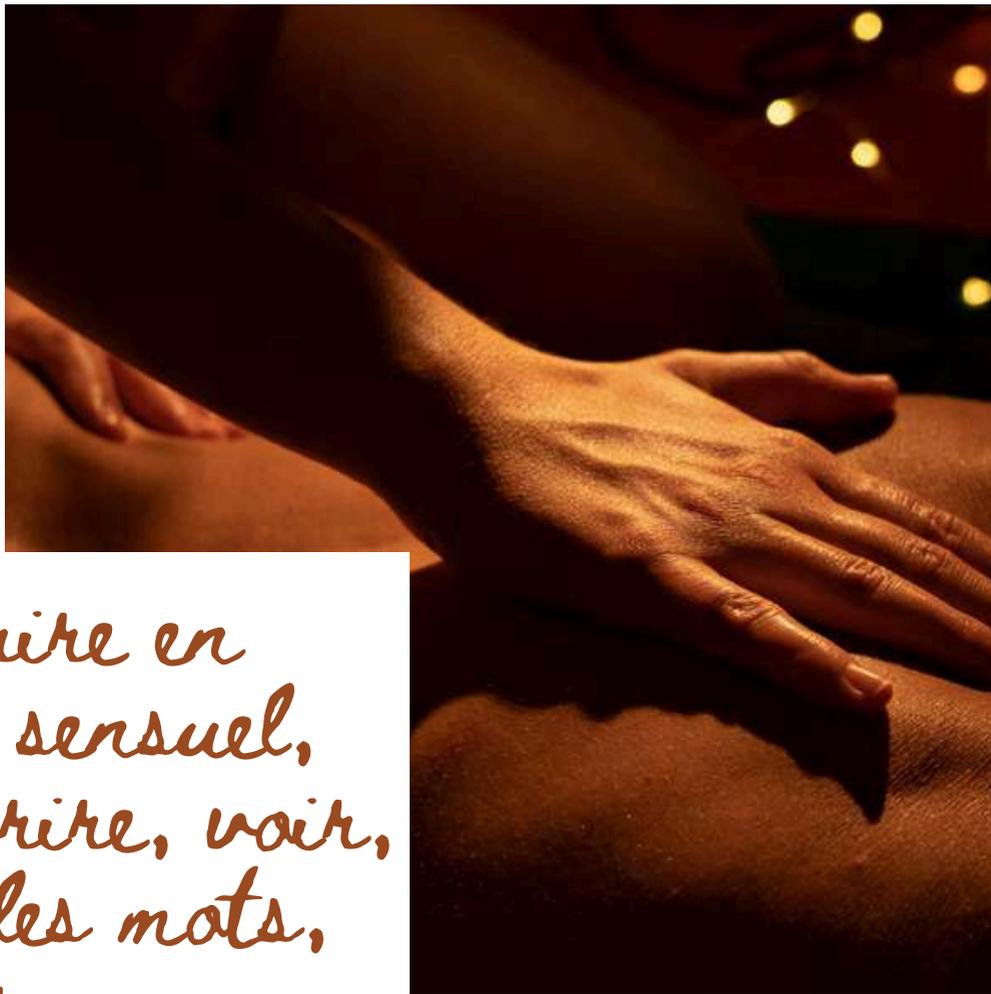


Sensualité et écriture ?

**Stage Été 2025 - 5 jours en
immersion**

du 6 Juillet soir au 11 Juillet 14h

en Nouvelle Aquitaine



*Écrire la sensualité, écrire en
sensualité, écrire l'état sensuel,
écrire sensuellement, écrire, voir,
sentir, décrire, vibrer les mots,
laisser le corps inventer...*

Et si on s'engageait dans l'écriture en se laissant inspirer par des expériences sensorielles?

Partager des moments d'intimités corporelles et favoriser ainsi votre créativité poétique ou littéraire...

Est-ce quelque chose qui vous ferait envie?

Au sein d'un groupe éclectique dans lequel nous prendrons soin d'installer de la confiance, nous vous proposons cette année de consacrer 5 jours à explorer nos relations à la sensualité, la nôtre, intime et celle que l'on peut partager à plusieurs. Immerger ensuite nos expériences dans un travail d'écriture, fait par toutes ou seulement celles et ceux à qui ça fera envie! Bienvenue à vos âges, vos différences, ce groupe sera mixte avec une moyenne selon nos expériences de 30 à 60 ans, + et - bienvenue, ce n'est qu'une moyenne!

Les stages d'été de notre association *Réinventer la tendresse* s'intéressent à la pratique subtile du consentement verbal et non verbal dans la relation intime. Ces temps d'apprentissages et de réflexions sont l'occasion de mieux connaître ses désirs et ses limites, de mieux les assumer et de mieux les partager.

Cette année, l'accent est mis sur la création de textes en passant par diverses expériences sensorielles qui permettront au corps d'entrer dans sa sphère sensible et aux mots d'éclorent autrement.

Et si on s'entraînait en conjuguant sensualité, recherche et poésie?

Au sein d'un cadre rassurant et co-construit ensemble, il sera possible d'aller dans différents espaces d'explorations sensorielles, émotionnelles et créatives. Il y aura beaucoup de propositions de touchers alliant le massage, des jeux sensoriels, du mouvement libre, du souffle et du son. Soutenues par une base engagée de consentement, ces propositions seront l'occasion de vous permettre de faire ce qui vous fait envie, comme vous en avez envie, de vous poser ces questions là, pleinement. Elles seront aussi l'occasion de ne pas faire, de ne participer qu'à ce qui est juste pour vous et vous autoriser à honorer vos NON avec panache ou simplicité.

Pour qui ?

Ce stage s'adresse à toute personne en chemin vers une meilleure connaissance de soi, qui s'intéresse au langage de l'intimité, du toucher sensuel et qui, à cet endroit précis, souhaite élargir son champ de vision.

L'essentiel pour nous étant que chaque participant.e soit prêt.e à remettre en question ses habitudes si nécessaire dans sa découverte ou son approfondissement de ses connaissances en consentement afin de vivre un stage d'explorations vastes sans franchir vos limites personnelles et intimes.

La **parité hommes-femmes n'est pas recherchée**, car nous souhaitons aller au-delà des clivages et préjugés en la matière. Nous proposons une vision de la sensualité qui ne se limite pas aux notions de désir, ni même à l'hétéronormativité. Il y a des choses à écrire sur tous les corps, tous les genres, tous les mélanges et surtout toutes les connexions que vous créerez peu importe vos genres. Nous vous invitons donc à élargir vos territoires relationnels dans la limite de votre consentement ressenti sur l'instant T bien entendu.

Par ailleurs **la tendresse** est une matière que l'on utilise beaucoup dans notre pédagogie et il est temps de lui faire une place entre nous tous.tes! Tout le monde peut donc participer, à condition d'avoir la majorité légale.

Ce que nous allons vivre ensemble

Pendant ce stage nous vous inviterons à affiner votre présence, à **explorer des chemins d'écoute** et à vous engager dans votre authenticité corporelle et mentale. Nous y rencontrerons des jeux ludiques favorisant la rencontre, des temps de massages guidés, des ateliers de consentement nécessitant l'expression et/ou la réalisation de certains désirs (en fonction de votre consentement et celui de vos partenaires), des temps de création poétique, des cercles de parole pour les restitutions émotionnelles et des temps informels (pauses).

L'écriture

Ecrire est une manière d'entrer en soi et de créer avec la réalité. Ce stage est donc destiné à explorer notre être poétique, littéraire ou simplement ce monde intérieur révélé par la plume. **De nombreux moments seront proposés à tenter de décrire les sensations sensuelles** ou tout ce qui sera là, sous vos doigts. Puis d'autres pour les partager, si envie. Pas de pression, venez avec vos stylos et vos feuilles / carnets, en toute simplicité. Il n'y a pas d'endroit à atteindre (sauf si vous venez avec un projet précis, dans ce cas bienvenu!) autre que de la créativité ludique dont vous serez les seuls maîtres.

Si le contenu du stage vous intéresse mais écrire n'est pas votre dada, vous avez tout de même votre place. Un intérêt pour l'écoute des textes des autres est cependant indispensable.

Notre règle d'or

Ne pas forcer.

Essayer d'écouter - vraiment - ce qui nous fait envie, ce qui est juste pour soi, pour ne jamais aller au-delà.

Les ateliers

Plusieurs ateliers seront proposés chaque jour (en matinée, en après- midi et parfois en soirée).

- **Des groupes de paroles.**

A plusieurs ou en grand groupe, les groupes d'écoute et de parole sont largement investis dans ce stage en fonction de ce qui se vit.

Les matinées sont consacrées à du temps d'écoute et de partage offrant à tous.tes des temps importants de dépos si vous en ressentez le besoin.

- **Des ateliers.**

Il y aura des ateliers **sur le consentement** et la mise en mots, techniques et pratiques. Apprendre à dire des non et des oui. Nommer l'invisible. Apprendre à dire nos désirs, nos refus, nos gratitude.

Apprendre à recevoir le désir de l'autre et à savoir quoi en faire sans s'en sentir prisonnier. S'entraîner à être vrai-e, radicalement honnête dans les mots et dans le corps.

Il y aura des ateliers **sur la sensualité**, la nôtre, que l'on ira questionner, inventer, imaginer. Investir le non- jugement de soi-même pour libérer nos actes et nos mouvements. Inventer de nouveaux touchers, les nôtres, les vôtres, ceux qui émergeront à ce moment-là avec du massage sensuel, des jeux de sensualité, par le toucher, la respiration et les mots.

Il y aura des **ateliers créés spontanément** en fonction de vos envies et de se qui se dessinera entre vous et grâce à vous.

Tout se jouera selon votre liberté, vos désirs et vos limites respectives. Les ateliers seront libres d'accès, vous pourrez ou non y participer. Entrer et sortir selon quelques règles que l'on définira pour le vivre en sérénité.

- **Des temps d'écriture.**

Ils seront proposés pendant ou après une proposition sensorielle et nous accorderons un temps chaque jour pour leur restitution sonore si envie.

Les corps et la nudité

Il pourra y avoir de la nudité complète ou partielle à partager en groupe dans le même espace dans certains ateliers.

Bienvenue avec ou sans vos règles menstruelles, épilé-e-s ou non, avec vos vergetures, vos rides, vos taches de rousseur, avec vos spécificités qui font ce que vous êtes aujourd'hui. Tous les corps sont beaux et méritent d'être vus et regardés.

Nous souhaitons laisser nos corps exister, nous accepter dans nos différences de corps, de capacités ou d'âges, dans nos similitudes, et avec humilité... pour trouver des chemins de rencontres. Se libérer, un peu, beaucoup, passionnément à partir de là où vous en êtes et toujours en fonction de là où vous aurez envie d'aller.

Y a t'il de la sexualité?

Il n'y a pas d'intention sexuelle dans ce stage, nous axons notre recherche sur l'aspect sensuel des partages.

Nous prendrons le temps pour définir ces notions. La frontière entre sexualité et sensualité étant fine dans notre société, il pourra y avoir des gestes reconnus comme faisant parti de la famille de la sexualité (baisers, caresses, sensation de désir, autre) et nous souhaitons les laisser être si ces mouvements sont les vôtres et mutuellement consentis. Nous souhaitons proposer un espace de liberté afin que vous puissiez explorer sans vous censurer. Mais ce que nous proposons comme règle pour en définir une: **Nous pourrons jouer avec la braise, en osant attiser ou rencontrer vos désirs, mais NOUS NE FERONS RIEN de ces braises (à part les respirer profondément et les mettre dans vos mots et vos textes).**

Chaque atelier aboutit à un groupe de parole de débrief émotionnel afin de déposer ce que l'expérience a provoqué comme prises de conscience, sensations, émotions etc.

Les intervenant·e·s

Ce stage sera organisé et animé par Avril et Yves. De là où, elle et il en sont aujourd'hui, avec leur écoute, leurs compétences et leur partage d'expériences.

Avril est artiste conteuse, pédagogue, masseuse et sexothérapeute. Depuis 2011, elle donne de nombreux stages et ateliers, surtout artistiques. Par ailleurs, elle se forme à l'Approche centrée sur la personne, méthode thérapeutique d'écoute non-directive initiée par Carl Rogers particulièrement axée sur le groupe de rencontre.

Elle pratique le massage tantrique et la calinothérapie. Elle se consacre pleinement aux questions intimes, aux besoins en reconstruction, à la réconciliation du corps et de l'esprit. Elle aime élargir sa liberté en prenant en compte les limites et les contraintes et aime partager cette quête avec les autres. La notion de liberté étant propre à chacun.e, selon nos histoires individuelles.

Elle anime des ateliers mensuels à Grenoble (et où on l'invite) sur le partage de tendresse et l'apprentissage du consentement.

Yves est masseur tantrique en Finistère. Il aime prendre soin du corps, de l'équilibre entre ancrage, spiritualité et ouverture du cœur. Cultivant la dimension psycho-corporelle du massage, il soutient les personnes souhaitant prendre soin d'espaces que le mental n'arrive pas seul à comprendre. Il accompagne également le chemin vers la (re)connaissance des sensations, du plaisir, l'accueil du corps dans toutes ses dimensions.

Investi dans plusieurs associations, il apprécie partager la richesse du composer et du vivre ensemble.

Il explore le son, la voix, le chant spontané ou intuitif, vibrations de l'intime seul ou en partage.

Il a à cœur d'ouvrir des espaces d'ateliers autour du consentement, du toucher conscient, de la souveraineté corporelle, et soutient la réflexion sur les masculinités.



” Yves est une personne dont j'apprécie l'écoute sensible et l'humilité. J'aime les endroits subtils auxquels il accorde son attention, la tendresse qu'il dégage, son lien au toucher délicat et sa bienveillance. Cette année je fais appel à lui en tant que personne soutien et co-constructeur de groupe.

Yves vu par Avril.

” Avril a une incroyable capacité à créer des espaces d'intimité augmentée. J'apprécie la finesse de ses propositions, le regard bienveillant qu'elle pose sur l'autre, la tendresse qu'elle cultive et partage, et son enthousiasme communicatif.

C'est un immense plaisir de soutenir cet espace qu'elle ouvre !

Avril vue par Yves.

Le site

Nous vous accueillerons au Clos des Pins, à côté de Poitiers, dans un lieu en pleine nature. Il y aura une salle de travail et de nombreux recoins extérieurs pour profiter de l'été.



Le couchage

Le lieu propose plusieurs chambres simples avec lit double et d'autres chambres en dortoirs avec 3 à 5 couchages.

Vous pouvez regarder le site du gîte et vous faire une idée de l'accueil. Il est aussi possible de planter une tente mais pas plus de 3 et cela ne changera rien au tarif car il s'agit d'un tarif global pour toutes les commodités.

Pour en savoir plus, voici le site du lieu: <https://www.leclosdespins.org>

Aspects pratiques



Les repas

Le repas du premier soir (dimanche) sera en « auberge partagée » : amenez ce que vous voulez à partager avec tout le monde.

Les autres repas seront autogérés en équipes constituées à l'avance ce qui participera à créer des temps de convivialité privilégiée avant et pendant le stage. Concrètement, chaque équipe aura un ou deux repas à inventer et financer pour tout le groupe : vous choisissez le menu, vous faites vos courses en amont du stage, et vous réalisez le repas pendant le stage. C'est comme un cadeau que vous offrirez au groupe et que l'on partagera ensemble. On vous dira s'il y a des contraintes à respecter.

Amenez ce qu'il vous faut pour vos petits déjeuners. Nous nous occuperons du café et tisanes. On est nuls en thé, amenez-en!

Les dates et horaires

L'événement a lieu du dimanche 6 Juillet à 18h au vendredi 11 Juillet à 14h.

Le planning

On vous accueille le dimanche dès 17 h 30 (merci d'être à l'heure pour ne pas retarder tout le monde) par une soirée de bienvenue (on fait connaissance, on partage un repas et un premier atelier vous est proposé).

Du lundi au vendredi il y aura plusieurs ateliers par jour accompagnés de cercles de parole. Le soir, nous partagerons les textes qui auront envie d'être lus au sein d'un atelier spécifique à ce qui aura été vécu la journée.

Le vendredi les départs se feront après 14h avec un dernier repas ensemble.

Le nombre de places

Nous serons minimum 10 et maximum 20. Ni trop, ni trop peu, pour garantir de « faire groupe » et offrir de la diversité dans les choix.

N'hésitez pas à en parler autour de vous et à contribuer au remplissage de ce stage dont l'existence dépend de vos inscriptions!

Inscriptions

Créer ce type de stage étant toujours une aventure, vous inscrire rapidement ou manifester votre intérêt nous aide à valider les choses et à assurer son existence. Ecrivez-nous vite!

Pour vous inscrire, nous vous proposons d'abord de **remplir notre questionnaire** d'accueil qui nous permet de faire connaissance avec vous et de mieux cerner où vous en êtes et quelles sont vos attentes. Il s'agit pour nous de nous assurer que celles-ci correspondent bien à ce que nous souhaitons proposer.

Vous pouvez venir seul-e, entre binômes, partenaires, etc. Ayez simplement conscience que les différents ateliers vous proposeront très souvent de vous mélanger avec les personnes du stage, donc sauf atelier particulier, il ne sera pas possible de ne travailler toujours qu'avec la même personne (sauf si c'est un choix posé et annoncé au tout début du stage).

On se réjouit de vous lire et vous entendre !

Pour réserver :

- 1. Nous contacter par mail** à : tendresseasso@gmail.com ; présentez-vous comme vous voulez et expliquez-nous en quoi ce stage vous parle et vous concerne ; dites-nous pourquoi vous voudriez participer, si vous êtes concerné.e par l'envie d'écriture et donnez-nous un numéro de téléphone où l'on peut vous joindre.
- 2. On vous répond** par mail et vous envoie le questionnaire. Si besoin de votre ou notre part, un appel téléphonique peut s'envisager.
- 3. Vous nous envoyez votre inscription** : des arrhes seront demandées à régler en ligne sur helloasso.com ou par chèque (vous nous réglerez le complément sur place).
- 4. Une feuille de route** (comment venir, quoi amener) vous sera adressée quelques semaines avant l'événement.

Le stage sera validé dès 10 inscrit.es ! Parlez-en autour de vous!

Les tarifs

- **Tarif soutien 1 pédagogie**: à partir de 450 € • **Tarif hébergement (dégressif à partir de 13 inscrit.es)**: 215 €
Si vous souhaitez mettre plus, cela pourrait permettre à d'autres d'avoir accès au tarif solidaire. Nous proposons de notre côté 2 places.
- **Tarif 2 pédagogie** : 390 €
- **Tarif pédagogie solidaire** (2 places seulement) : 290 €

Nous choisissons de financer nous-même 2 places au tarif solidaire. D'autres places pourraient se libérer grâce au tarif de soutien.

Si l'un.e d'entre vous a l'envie et la possibilité de donner plus que le tarif indiqué, cela permettra à celles et ceux qui n'ont pas ce budget de s'inscrire et de vivre des expériences sensorielles et poétiques avec vous!

On vous demandera une avance de 200 € pour valider votre inscription. En cas d'annulation de votre part un mois avant le stage, nous vous rembourserons vos arrhes. À partir du dernier mois, vous serez remboursé.e seulement si on vous trouve un.e remplaçant.e.

En cas d'annulation de l'événement de notre part, vous serez bien sûr intégralement remboursé.e-s.

tendresseasso@gmail.com 06 82 99 68 57

Réinventer la tendresse
Page Facebook

Site de Yves:
<https://lunesbleues.fr>