

Ateliers autour du mouvement adaptés pour tout type de public

Intervenante : Nadine Gardères

*Nadine propose aux structures d'accueil trois types d'ateliers .
Chacun par ses spécificités répond à des attentes différentes.
Leur intention commune est le développement du pouvoir d'agir,
en valorisant les potentialités physiques, créatives et réflexives des participant·e·s.*

LES ATELIERS

➤ Atelier des sensations

Contenu : Cet atelier propose de nous rendre attentifs·ves à nos sensations physiques. Les sensations nous indiquent précisément nos besoins en terme de mouvement : étirement, contraction, détente... Ainsi, chacun·e pourra développer sa propre gestuelle, adaptée à ses besoins.

Public : Toute personne en capacité de comprendre une consigne, quelles que soient ses capacités physiques par ailleurs.

Bénéfices : Ce qui est privilégié dans cet atelier est l'apprentissage d'une autonomie par rapport aux besoins physiques, ce qui aura des répercussions positives sur le bien-être général et la santé.

➤ Improvisation dansée

Contenu : Cet atelier est une première approche de l'improvisation dansée. Il se base sur des explorations simples : la mobilité des différentes parties du corps, le rapport au sol, le lien entre la danse et la musique...

Public : Toute personne ayant l'usage de capacités physiques simples telles que marcher et mouvoir ses membres, quelles que soient ses capacités cognitives par ailleurs. L'accès à la compréhension du langage n'est pas nécessaire.

Bénéfices : L'accent est mis ici sur la joie de danser en découvrant ses propres ressources. Les participant·e·s prennent confiance dans leur expression et sont valorisés dans leur créativité.

➤ Danse forum

Contenu : La danse forum utilise en alternance la parole et le mouvement dansé. Il s'agit d'explorer une problématique élaborée par tous·tes au sein même de l'atelier. Pour exemples : le choix, le rapport à la norme, le partage d'un espace...

Public : Toute personne en capacité de paroles et de réflexion, quelles que soient ses capacités physiques par ailleurs. Cet atelier peut être particulièrement pertinent pour des personnes en difficultés sociales, et pour tout groupe en désir de réflexion commune.

Bénéfices : La danse forum permet aux participant·e·s d'être engagé·e·s dans une expérience collective dans laquelle chacun·e peut prendre conscience de l'importance de sa contribution. Le lien social et le sentiment d'appartenir à un groupe se voient ainsi consolidés.

MISE EN PLACE D'UN ATELIER AU SEIN D'UNE STRUCTURE D'ACCUEIL

Afin de mettre en place un atelier dans les meilleures conditions possibles, Nadine propose d'être en lien privilégié avec au moins un-e professionnel-le de l'équipe, qui sera référent-e de l'atelier auprès des autres professionnel-le-s et des usager-e-s.

Les modalités de l'intervention sont à voir ensemble et à adapter à chaque contexte. Il peut s'agir d'ateliers réguliers sur une période donnée, d'un stage sur quelques jours ou encore d'interventions occasionnelles.

En ce qui concerne le tarif des interventions, il dépendra des modalités choisies. Il s'aligne sur les tarifs qui se pratiquent en matière d'intervention artistique et culturelle en milieu institutionnel.

Le seul besoin matériel lié à la mise en place d'un atelier est une salle suffisamment grande, chauffée en hiver et au sol confortable.

Contact :

Mail : naga@poivron.org

Tél. : 07 85 32 12 27

Site internet : <https://eizada.poivron.org/>

Nadine Gardères

Nadine a suivi l'enseignement d'Andréine Bel en *recherche en danse* et en *seitai*, et de Véronique Larcher en *danse contemporaine* et en *anatomie par le mouvement*. Elle a participé pendant 7 ans à la création de la *danse forum*. Elle s'est également formée au *contact improvisation*, à la *co-écoute* et au *mouvement authentique*. Sa pratique de la danse est proche du *butoh*.

En 2011/2012, elle a participé au DU "Techniques du corps et Monde du soin" du département Danse de l'Université Paris 8, sous la direction d'Isabelle Ginot. Elle y a acquis des outils enrichissant ses compétences et lui permettant d'intervenir en milieu institutionnel auprès de divers publics.

Elle anime des ateliers de danse depuis 2007. Elle a notamment animé des ateliers de danse forum auprès d'un public porteur de handicap et des ateliers d'improvisation dansée au sein d'un CHRS pour femmes à Marseille. L'ensemble de son travail est visible sur son site internet.

Ses intentions

Via sa proposition d'ateliers adaptés, Nadine a pour intention de mettre les compétences spécifiques des pratiques corporelles au service des enjeux de l'accompagnement sanitaire et social tels que la bientraitance, l'amélioration de la qualité de vie et l'autonomie, via des interventions dans des structures médicales, médico-sociales, socio-éducatives et associatives.

Les pratiques corporelles intéressent de plus en plus le champ socio-méducatif. L'atelier corporel permet, en-dehors de tout modèle normatif et de tout enjeu thérapeutique, l'émergence de nouvelles façons de percevoir, de penser et d'agir, élargissant ainsi le champ des possibles des participants.

Nadine est en mesure de concevoir un projet adapté à la spécificité d'un public et de le co-construire en dialogue avec les professionnels d'une équipe pluridisciplinaire, en connaissance des aspects déontologiques encadrant une pratique corporelle non thérapeutique dans un espace institutionnel.