

## Training "Sophrologie et conscience corporelle" avec Les Promises - Cie Unplush - Avril > Juillet 2021

### LES PROMISES

Film documentaire danse



PRODUCTION  
UNPLUSH

PERFORMEUSES ET CO-AUTRICES  
AMIRA NIAHI, RACHEL HOUMADI, FATIMA  
KHADISSOVA, LHEM MECHENTEL, MINANE OULD  
IBBAT, DJENNA SEKARNA

Le Cerece inaugure un nouveau type d'ateliers pour accompagner les jeunes et personnes engagés dans des projets artistiques où le corps est impliqué (danse notamment).

Les trainings "Sophrologie et conscience corporelle" permettent de transmettre aux participants des connaissances et pratiques issues de la sophrologie : "Apaiser, s'apaiser - Conscience de soi et conscience relationnelle".

#### Partenaires :

- **Le groupe ADDAP13** 16ème, à l'initiative de Mohammed Kassouri, éducateur spécialisé.
- **S.A.L.C**, Saint André Loisirs et Culture. 3 rue Boisseau, 13016. Marseille

- 
-  Atelier 3 avril 2021
  -  Atelier 3 avril 2021
  -  Groupe du 15 mai 2021
  -  Atelier 15 mai 21
  -  Atelier 15 mai 21
- 

**Les promises, avec la Cie Unplush**

Télécharger le PDF du projet Les PromisesTélécharger

*“Les promises est une collaboration artistique réunissant six adolescentes habitant les 15ème et 16ème arrondissements de Marseille, des artistes, travailleurs sociaux et anthropologues. Le projet débute en Juillet 2019. L’équipe encadre les jeunes femmes dans l’écriture d’une pièce où elles s’expriment sur leurs affects à travers leur imagination et leur histoire. La pièce restitue les thématiques qu’elles ont souhaité explorer, leur regard sur leur environnement, les mythes qu’elles construisent pour exister, mais aussi qu’elles subissent.”*

**UNPLUSH. [www.unplush.ch](http://www.unplush.ch)**

“La compagnie UNPLUSH construit ses projets comme des sites de contact, de dialogue et de recherche spéculative. Les œuvres sont réalisées en collaboration avec des artistes, chercheurs, travailleurs sociaux et des interprètes venant d’horizons très divers.

UNPLUSH travaille à partir du lien que les personnes entretiennent avec leurs histoires, leurs imaginaires et leurs projections. La rencontre entre des individus ayant des expériences de vie ou des âges différents est considérée comme un stimulus à la réflexion et à la solidarité dans la création.

Entre mythes et réalisme, tragédie et humour, UNPLUSH observe des constructions, des stratégies existentielles ou des formes de vie non humaines. Les œuvres portent une réflexion sur nos conditionnements, nos luttes et ce que peut produire un espace de spéculation comme la scène.

Depuis 2015, UNPLUSH présente des performances, organise des événements clubbing, propose des ateliers de danse, d’écriture chorégraphique et de médiation.”