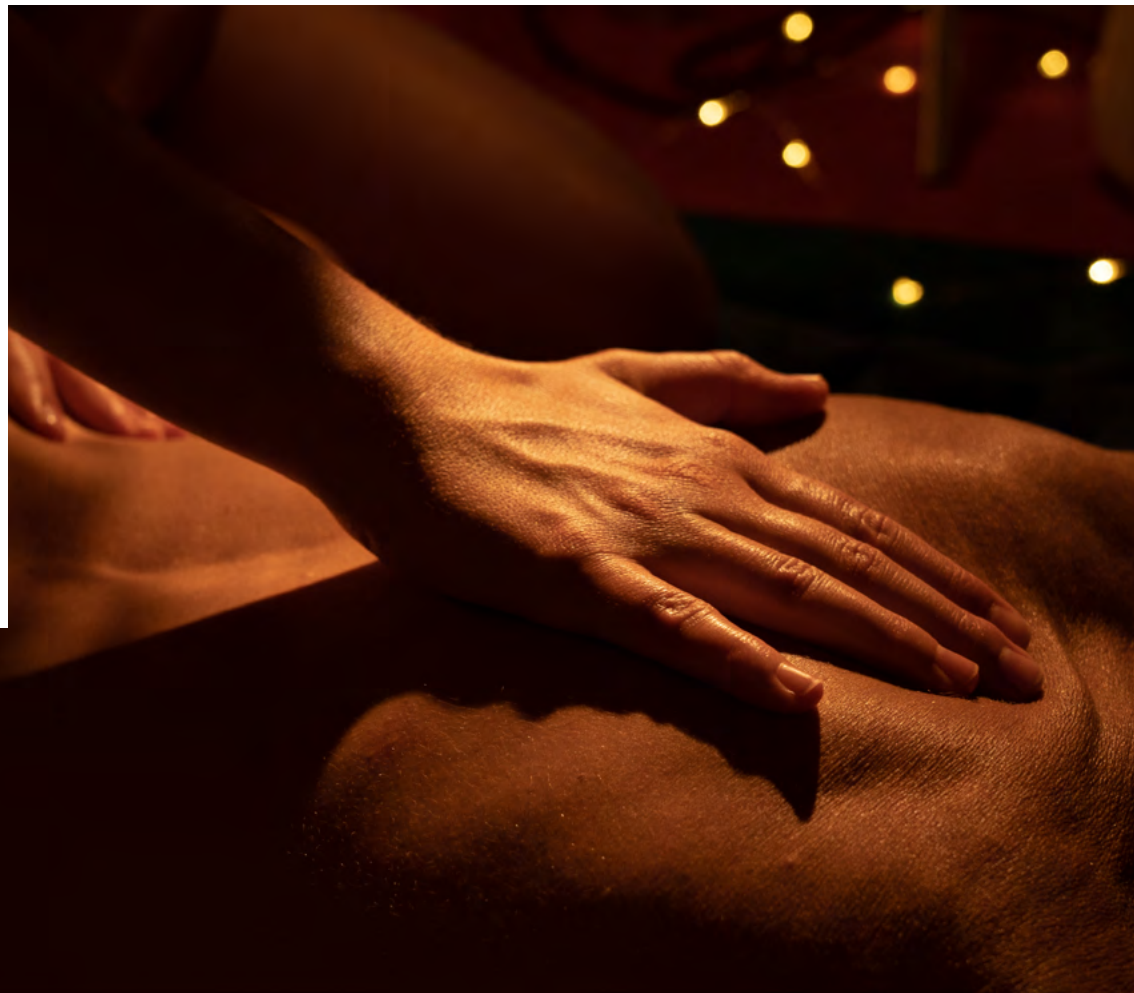


# Et si on travaillait sur notre intimité ?

*Stage du 21 au 27 juillet 2024,  
en Aveyron.*



# Découvrir des manières plus intuitives de se rencontrer.

Nous vivons une époque où nombreux de nos comportements sont mis en lumière, sur lesquels nous posons notre regard, le patriarcat est nommé et se fait de plus en plus déloger dans de nombreux contextes.

Mais l'intimité, cet espace précieux que l'on habite seul ou avec autrui reste l'endroit où les choses sont plus lentes que les autres à bouger. C'est un lieu où on aimerait changer les choses, faire autrement, sans trop savoir comment s'y prendre.

## *Nous créons ce stage pour cela.*

Nous intervenant·e·s, nous sommes sensibles au manque de soin qu'il peut y avoir dans la sexualité, et la richesse des attentions qui se nichent dans l'amitié. Partant de là, nous souhaitons sortir la tendresse du carcan de la sexualité afin de pouvoir en partager avec bien plus de monde et ne pas dépendre d'une relation de couple ou d'une relation amoureuse pour en recevoir, pour en donner.

Nous explorons aussi comment faire de la sexualité un espace tendre et serein, où la sécurité règne sur le plan de nos consentements, pour enfin prendre du plaisir sans se perdre, sans donner trop, ou pas assez. Bref être tout à fait soi-même, libre et heureuse/heureux comme dans une belle amitié. Pour cela, notre approche vient questionner la définition même de la sexualité. Nous souhaitons y réhabiliter les regards, la parole, des gestes considérés comme tendres, les valoriser au maximum, pour les laisser nous surprendre et nous nourrir au-delà de ce qu'on imagine.

Voilà ce que nous souhaitons explorer ensemble pendant ce stage.

# Pour qui ?

*Ce stage s'adresse à toute personne en chemin vers une meilleure connaissance de soi, qui s'intéresse aux questions de l'intimité et qui, à cet endroit précis, veut faire bouger les choses. Car quand l'intime bouge, ça bouge partout !*

*Tous les genres et orientations sont bienvenu·e·s.*

La parité hommes-femmes n'est pas recherchée, car nous souhaitons aller au-delà des clivages et préjugés en la matière. Tout le monde peut donc participer, à condition d'avoir la majorité légale.

La langue de l'événement sera le français. Si vous ne parlez pas cette langue, n'hésitez pas à nous contacter.

# Ce que nous allons vivre ensemble

Pendant ce stage nous vous inviterons à affiner votre présence, à la valoriser au point de pouvoir en offrir, à vous-même et aux autres. Nous poserons ensemble des bases solides de confiance afin de pouvoir voyager avec des inconnu·e·s sur des territoires d'intimités. Dès lors, nous allons nourrir de nombreux besoins, grâce à toute cette authenticité vers laquelle nous allons tendre du mieux que nous pourrons.

*Notre règle d'or*

*Ne pas forcer.*

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

# Les ateliers

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

Il y aura des ateliers sur le consentement et la mise en mots, techniques et pratiques. Apprendre à dire non, apprendre à dire oui, apprendre à nommer l'invisible. Apprendre à dire nos désirs, nos refus, nos gratitude à l'autre. Apprendre à recevoir le désir de l'autre sans s'en sentir prisonnier. Oser être vraie, radicalement honnête dans les mots et dans le corps.

S'écouter, pendant des temps de cercles de paroles ou des temps de partage à deux ou trois.

Il y aura des ateliers sur la sensualité, la nôtre, que l'on ira questionner, inventer, imaginer, rencontrer. Apprendre 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.

Car nous voulons revaloriser la notion de sexualité, certains ateliers pourront vous proposer des exercices concrets impliquant de la sexualité, une sexualité non-hétéronormée (pas de coït pénis/vagin), vécue dans un cadre serein et bienveillant avec une grande attention au consentement dans un fonctionnement explicite (mise en mots d'abord, consentement, actes ensuite).

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

# Nudité, sexualité

Il pourra y avoir de la nudité complète ou partielle et des formes de sexualité dans des cadres précis que nous vous proposerons.

Bienvenue avec ou sans vos règles menstruelles, épilée ou non, etc. 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.

# Le consentement

L'attention au consentement plein et entier sera notre priorité pendant cet événement. Nous savons que les espaces « safes » n'existent pas, c'est pourquoi nous vous demandons de la vigilance personnelle et collective.

À tout moment, même après l'événement, il sera possible de venir nous parler à ce sujet. Et nous n'hésiterons pas à exclure toute personne ne comprenant pas ou ne respectant pas les notions de consentement posées ensemble.

Un lien pour creuser le sujet :

<https://caliact.com/consentement-oui-reels/#comment>

# Les intervenant·e·s

*Ce stage sera organisé et animé par Emma et Colas.  
Là où, elle et il en sont aujourd'hui, avec leur écoute,  
leurs compétences et leur partage d'expériences.*

Emma est artiste conteuse, pédagogue et sexothérapeute en formation. 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 initié par Carl Rogers particulièrement axé sur le travail de groupe. Parallèlement, elle se forme au massage tantrique et à la calinothérapie. Elle se consacre pleinement aux questions intimes, aux besoins en reconstruction, à la réconciliation du corps et de l'esprit. Elle cherche un chemin entre ce qui a été vécu dans le corps et ce à quoi on aspire désormais. Elle aime élargir sa liberté et partager cette quête avec les autres. La notion de liberté étant propre à chacun et à chacune de nos histoires individuelles.

Colas est éditeur. Après avoir organisé de nombreux événements de cinéma (son premier métier), il s'oriente depuis 2017 vers les relations amoureuses, et affectives et notamment les relations non-monogames. Il a écrit des textes et organisé de nombreux événements sur le sujet (cercles de paroles, week-end ou semaine en immersion, etc.) Interrogeant sans cesse sa propre expérience, son rapport au corps, et la construction de nos attirances, il est à la recherche d'un monde où la tendresse serait un but en soi, où le consentement serait une co-construction, où les corps ne seraient pas stigmatisés pour leurs différences. En tant que mec cisgenre dans ce monde, il a dû interroger la construction de sa masculinité, accepter d'en découdre avec ses privilèges et travailler sur ses erreurs passées.



” Colas est habité d'une volonté de faire et de partager des savoirs l'air de rien. J'apprécie sa sensibilité, son altruisme et sa tendresse profonde.

*Colas vu par Emma.*

” Emma est habitée d'un enthousiasme débordant et communicatif, qu'elle aime transmettre et partager. Profondément humaine, elle sait s'adapter à l'autre pour l'accompagner, pas à pas, vers plus de liberté.

*Emma vue par Colas.*

# La santé

## *L'alcool, les drogues*

Nous souhaitons avoir constamment des rapports humains de qualité, une grande capacité d'écoute de chacun·e et une constante attention au consentement. Nous vous demandons donc de ne pas consommer de substances psycho-actives (alcool ou substances illicites) car elles modifient la capacité à demander, comprendre ou exprimer le consentement.

Les espaces intérieurs sont non-fumeurs.

## *Réduction des risques (IST)*

Le risque zéro n'existe pas, il est important d'avoir conscience de ses prises de risque pour pouvoir les communiquer avant une interaction avec une nouvelle personne. Le niveau de risque accepté n'est pas le même pour chacun·e. Donc ne présupposez pas de ce que peut penser l'autre.

Se découvrir porteur/porteuse d'une IST ne devrait jamais faire l'objet de honte ou de jugement. Cette stigmatisation est un obstacle supplémentaire dans la lutte contre leur propagation, en plus d'être un facteur d'exclusion sociale. Aussi nous voulons encourager, plutôt que d'avoir peur, à vous informer et agir.

## *Le covid*

Un tel événement ne saurait être « sans risque » puisque nous allons passer plusieurs jours ensemble et que de surcroît, il y aura de la proximité physique dans la plupart des ateliers.

Nous vous demandons donc :

- d'être un peu vigilant·e la semaine avant notre événement
- de faire un test avant de venir si vous avez des symptômes ou que vous savez cas-contact
- de ne pas venir si vous êtes positif/positive



# Le site

## *Le gîte*

Nous vous accueillerons dans **un gîte aveyronnais**, entre Rodez et Figeac, situé au bord des bois et à 200 m de la rivière Aveyron. Il y a une grande salle de travail, une cuisine équipée, un grand espace extérieur et une piscine.

Le lieu, bien qu'accessible partiellement en rez-de-chaussée, est malheureusement peu praticable en fauteuil. N'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus et envisager les possibles.

Bien qu'il y ai un jardin, nous vous demandons de ne pas venir avec vos animaux domestiques.



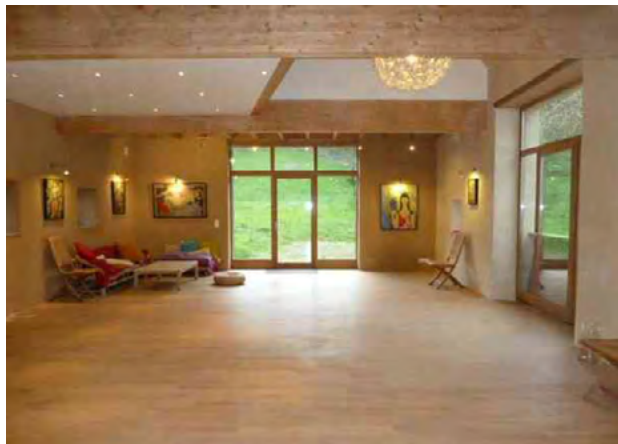
## *Le couchage*

Le lieu comprends 10 places en dortoir (sans intimité/parois, sauf si vous amenez votre paravent). Les premières personnes qui réservent peuvent choisir cette option... tant qu'il reste de la place.

Il est également possible de venir avec un véhicule aménagé, ou de planter une tente sur le terrain, si vous préférez.

Une chambre, avec un lit 2 places, et un autre lit 2 places dans le salon, sont également disponibles dans un gîte tout confort, attendant. Mais ces options impliquent des frais supplémentaires (+140 € le lit, pour toute la durée du stage). Attention, il se peut que ces options soient rapidement réservées.

Si vous avez des besoins spécifiques ou des demandes particulières, merci de nous contacter.



# 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.

## *Les dates et horaires*

L'événement a lieu du dimanche 21 juillet 2024 à 17 h 30 (possibilité d'arriver dès 16 h 30) au samedi 27 juillet 2024 à 11 h. Merci d'être présent e s sur les sept jours (et de participer à ce que vous souhaitez). Partir avant la fin n'impliquera pas de remboursement partiel.

## *Le planning*

On vous accueille le dimanche à 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 3 ateliers par jour : un le matin, un l'après-midi et un le soir. Le vendredi soir étant la soirée de clôture. Le samedi matin on vous demande une participation au ménage et on terminera par un petit bilan dans le jardin. Les départs se font après ce temps de clôture et au plus tard pour 11 h.

## *Le nombre de places*

Nous serons minimum 10 et maximum 20. Ni trop ni trop peu, pour garantir de « faire groupe ». Il est possible que la jauge soit vite remplie, donc n'hésitez pas à vous inscrire dès maintenant.



# Inscriptions

Le nombre de places étant limité, n'hésitez pas à vous inscrire sans tarder ! Anticiper les choses nous permet de mieux vous accueillir.

Vous nous écrivez d'abord par mail, puis si nécessaire, on vous demandera un entretien téléphonique. Il s'agit pour nous de nous assurer que vos attentes correspondent bien à ce que nous souhaitons vous proposer.

Vous pouvez venir seul·e, entre ami·e·s, avec votre binôme, partenaire, 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 !

*[nuagedavril@proton.me](mailto:nuagedavril@proton.me)  
06 82 99 68 57*

## *Pour réserver :*

**1. Nous contacter par mail** à : [nuagedavril@proton.me](mailto:nuagedavril@proton.me) ; présentez-vous comme vous voulez et expliquez-nous en quoi notre stage vous parle ; dites-nous pourquoi vous voudriez participer, et donnez-nous un numéro de téléphone où l'on peut vous joindre.

**2. On vous répond** par mail ou on vous appelle pour valider que c'est ok de part et d'autre (adéquation entre ce qu'on propose et vos attentes).

**3. Vous nous envoyez votre inscription** : une fiche à compléter et une avance de 200 € (vous nous réglerez le complément sur place).

**4. Une feuille de route** (comment venir, quoi amener) vous sera adressée quelques semaines avant l'événement.

## *Les tarifs*

*Ces tarifs incluent le stage et l'hébergement, mais pas la nourriture (cf. rubrique « Les repas »).*

- **Tarif de soutien** : 600 € animation **et** hébergement

*Pour nous aider à financer le tarif solidaire.*

- **Tarif normal** : 495 € le stage



- **Tarif solidaire** : 220 € animation **et** hébergement

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

Le tarif inclus dortoir (10 places), camping et espaces communs. Une chambre lit double et un lit double dans le salon, sont disponibles avec un supplément de +140 € le lit, pour toute la durée du stage (à rajouter en option, aux tarifs ci-dessus).

On vous demandera une avance de 200 € pour valider votre inscription.

En cas d'annulation de votre part avant le 30 juin, on vous rembourse. À partir du 1er juillet, 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.