



1^e festival créatif

rencontres et ateliers (art-thérapie)
5-10 juillet 2025 à Evolène



Samedi 5		Dimanche 6		Lundi 7		Mardi 8		Mercredi 9		Jeudi 10	
9h30 12h30	Soin par la photo <i>Cindy Jaunin</i>	10h 11h30	Corps-matière <i>Sarah Langer</i>	9h30 11h30	Todo / tout doux <i>Pascal Casagrande</i>	10h 11h30	Gravure <i>Chrystel Huet Alexia P Lavanchy</i>	9h30 12h	Créatures nourrissantes <i>Sara Mastrodonato</i>	9h30 12h	Créa-pizza <i>Sara Mastrodonato</i>
Repas inclu											
Pause de midi (le repas se prend de manière libre sauf les mercredi et jeudi si vous participez à l'atelier du matin)											
14h 16h	(Dé)coller les clichés de genre <i>Valérie Vuille Séverine Verasani</i>	13h 15h30	Shibashi-Terre <i>Fabienne Curty Manou Follonier</i>	13h 15h	Voyage à travers la matière du pastel <i>Shashi Lasserre</i>	13h 16h	Voyage créatif entre héritages et aspirations <i>Maïka Bruni</i>	13h30 15h	Surprise !	13h 14h45	Jeux de sons et de sens <i>Noémie Quentin</i>
16h30 17h30	Légendes d'Evolène <i>Danièle Pralong</i>	16h30	Démonstration participative de chant diphonique <i>Jean-Christophe Lauraux et Pascal Casagrande</i>	15h30 17h30	Mouvement et nature en écho <i>Valentine Lasserre</i>	17h30 19h30	Danses du monde <i>Catherine Rezzonico</i>	15h30 17h	Apéro - Palabre <i>Jacques Stittelmann</i>	15h15 17h45	Exploration tissage <i>Christine Birarda</i>
En fin de journée un temps de partage sur l'expérience d'animation est prévu entre tous.x.tes les intervenants.x.es et Jacques Stittelmann.											

Samedi 5		
Soin par la photo	<i>Cindy Jaunin</i>	<p>Cet atelier propose d'explorer une part de soi au travers de l'image. Oser se montrer, et oser se regarder... La photo et la dramathérapie sont des outils pertinents pour réexplorer la perception que l'on se fait de soi-même.</p> <p>Lieu : en intérieur</p>
(Dé)coller les clichés de genre	<i>Valérie Vuille Séverine Verasani</i>	<p>Les images d'hommes et les clichés les accompagnant débordent, mais avons-nous jamais pris le temps de les observer ? Comment influencent-elles notre identité, que nous soyons homme, femme ou personne non-binaire ? Venez vous découvrir, en toute liberté et sans jugement, et réfléchir sur les clichés de genre et les masculinités au travers d'un atelier créatif mêlant jeux, collage et poésie. Jouons pour se déjouer des jeux de clichés.</p> <p>Lieu : en intérieur</p>
Légendes d'Evolène	<i>Danièle Pralong</i>	<p>Contes et légendes de la région d'Evolène</p> <p>Lieu : en extérieur (option intérieur si mauvais temps)</p>
Dimanche 6		
Corps-matière	<i>Sarah Langer</i>	<p>Cet atelier invite à la rencontre du corps comme matière. L'explorer à travers nos sens, vivre ses formes, ses qualités, ses résistances, ses possibilités... Le contraindre, lui donner liberté de mouvement, devenir cette matière malléable.</p> <p>Pour cette exploration, il est recommandé de porter une tenue confortable pour le mouvement.</p> <p>Lieu : en extérieur ou intérieur selon la météo</p>
Shibashi-Terre	<i>Fabienne Curty Manou Follonier</i>	<p>Habiter le présent, pleinement, deux propositions pour explorer nos sensations, en contact avec la Nature.</p>

		Lieu : en nature au dessus du village de Villaz
Démonstration participative de chant diphonique	<i>Jean-Christophe Lauraux et Pascal Casagrande</i>	<p>Nous proposerons, avec les participant-e-s du stage de chant diphonique qui se déroule du 4 au 6 juillet au Ranch d'Évolène, une démonstration de ces différentes techniques, et nous inviterons le public à explorer leur propre timbre vocal à travers quelques exercices de base de l'apprentissage du Khöömii.</p> <p>Pratiquer le Khöömii permet, au-delà d'une expérience vocale exceptionnelle et insolite, de se connecter à son moi profond et au moment présent, de faire vibrer tout son être et littéralement ses tripes, ce qui procure une sensation de bien-être.</p> <p>Lieu : Le Ranch, route de Sion 128</p>
Lundi 7		
Todo / tout doux	<i>Pascal Casagrande</i>	<p>Passer du faire au ressentir. Cet atelier propose une pause régénératrice en explorant la lenteur et la douceur des matières & sons. Des mots en musique pourront émerger de cette exploration intime.</p> <p>Lieu : en intérieur</p>
Voyage à travers la matière du pastel	<i>Shashi Lasserre</i>	<p>Les participant.e.s sont invité.e.s à vivre l'expérience autour des nuances de cette matière à partir d'une carte du Dixit et de prolonger leur mouvement. L'impulse de départ de l'atelier sera animé par un jeu de groupe et pour clore l'atelier les créations seront mise en lumière.</p>
Mouvement et nature en écho	<i>Valentine Lasserre</i>	<p>Lieu : en extérieur (option intérieur si mauvais temps)</p>
Mardi 8		
Gravure	<i>Chrystel Huet Alexia P Lavanchy</i>	<p>Taille douce et encrage sur tetrapack, technique de gravure.</p> <p>Lieu : en intérieur</p>
Voyage cératif entre	<i>Maïka Bruni</i>	Cet atelier vous invite à explorer les empreintes des héritages

héritages et aspirations		intergénérationnels, à revisiter vos racines afin qu'elles deviennent des guides et nourrissent vos rêves personnels. Lieu : en intérieur et en extérieur
Danses du monde	<i>Catherine Rezzonico</i>	Nous allons pratiquer de la danse traditionnelle et ethnique sur des musiques et des chorégraphies de différents pays (Balcans- Russie, Roumanie, Grèce et autres) dans une démarche qui vise l'unité psycho-corporelle basée sur des mouvements accordés au rythme musical qui génère bien-être et joie. Lieu : en extérieur (option intérieur si mauvais temps)
Mercredi 9		
Créatures nourrissantes	<i>Sara Mastrodonato</i>	Divers aliments se rencontreront afin de se transformer en créatures comestibles. Entre 11:30 et 12:00, un repas sera partagé ensemble avec ce que l'on aura préparé. Matériel à prévoir : Un tablier et des vêtements "pas dommage".
Surprise !		Se laisser surprendre fait partie du processus art-thérapeutique ! Mise en pratique durant cet atelier.
Apéro - Palabre	<i>Jacques Stittelmann</i>	Echange convivial autour d'une thématique en lien avec le programme de la journée et l'art-thérapie.
Jeudi 10		
Créa-pizza	<i>Sara Mastrodonato</i>	Ensemble nous créerons des pizzas colorées, originales et ludiques. En cuisine la créativité n'a pas de limites. Entre 11:30 et 12:00, un repas sera partagé ensemble avec ce que l'on aura préparé.

		<p>Matériel à prévoir : Un tablier et des vêtements “pas dommage”.</p> <p>Lieu : en extérieur ou intérieur selon la météo</p>
Jeux de sons et de sens	<i>Noémie Quentin</i>	<p>Atelier d’expression et d’exploration autour de la narration par les sons et leur sens. Mot écrit, mis en bouche et dit en corps.</p> <p>Lieu : en extérieur (option intérieur si mauvais temps)</p>
Exploration tissage	<i>Christine Birarda</i>	<p>Visite guidée de la Fondation Atelier de Marie Métrailler (FAMM), lieu riche en histoire. La pratique populaire du tissage a été mise en avant par cette tisserande évolénarde hors du commun, en 1938. Déplacement à pied et mise en pratique du tissage dans la nature, avec des matériaux annexes.</p> <p>Possibilité de terminer la journée, en solo, par la visite du sentier didactique, composé de 15 panneaux à travers le village.</p> <p>Lieu : Musée de la Fondation Atelier de Marie Métrailler et en extérieur</p>