



**Atelier connaissance de soi et créativité  
par la pratique du théâtre, de la peinture du jeu masqué.**

Avec Véronique Ruggia & Pauline de Mars

**Lieu :** Béganne, Morbihan (56)

**Date :** du vendredi 11, 14h au dimanche 13 octobre, 17h

Cet atelier s'adresse à toute personne qui souhaite mieux se connaître, et explorer une créativité au service de l'expression de son essence à l'aide des outils qu'offrent les arts du théâtre, de la peinture et du chamanisme. Loin de chercher des résultats, des techniques ou une quelconque performance, nous cheminerons ensemble vers plus d'authenticité, de confiance et de cohérence entre notre être et nos existences.

La créativité peut devenir une façon de saisir chaque instant, chaque situation de nos vies avec un regard renouvelé.

Prendre le temps.Temps pour soi, temps pour questionner le désir créatif, temps pour être en réception, au service de la manifestation de quelque chose de plus grand ou plus petit que soi.

## **Infos pratiques :**

Stage Ouvert à toute personne majeure Aucun prérequis n'est nécessaire mais ne soyez pas complexé non plus si vous avez une pratique régulière de l'un de ces arts.

Groupe de 6 à 12 personnes

**Prix** du stage 290€, matériel à disposition inclus. ( paiement fractionné possible et l'argent ne doit pas être un frein, merci de nous contacter en cas de difficulté )

**Participation** aux petits déjeuners et repas: 35 € par personne (à confirmer)

**Participation** à l'hébergement en dortoir ou tente pour les 2 jours 30 €

Infos et inscriptions : [pauline@paulinedemars.com](mailto:pauline@paulinedemars.com)

## **Les intervenantes :**

**Véronique Ruggia Saura** est comédienne, coach d'acteurs au cinéma, assistante à la réalisation et réalisatrice. Son parcours l'a amenée à travailler tant au théâtre qu'au cinéma. Depuis 2014, elle se forme auprès de Laurent Huguelit au chamanisme au tambour, et met en pratique ces traditions dans son travail créatif personnel. Elle a mis au point une "méthode" ludique qui permet de mieux comprendre les mécanismes du jeu de l'acteur et utilise ses méthodes au service de la connaissance de soi ou de la thérapie par le jeu théâtral en milieu hospitalier (gériatrie et psychiatrie).

**Pauline de Mars**, peintre et auteur. J'ai rencontré Véronique à un stage de Laurent H. et nous sommes devenues amies. Et oui c'est ça aussi la magie des stages ! Depuis 2005 je me familiarise avec le chamanisme qui développe cette faculté de nous mettre à l'écoute, capteur d'impressions émises par nos cosmos intérieurs et les cosmos extérieurs : l'art de l'Attention. J'essaie de faire de ma pratique de l'art un outil d'exploration de cette réalité cachée à laquelle nous conduisent tous les mythes : l'être, espace sensible capable de capter les impressions sans chercher à les comprendre. Je propose depuis 2012 des stages d'art et chamanisme dans lesquels j'accompagne les personnes à reconnaître leur authenticité, leur essence, et leur capacité de transformation et d'évolution par la créativité.