



# Plonger

## L'impulsion de la rencontre

**Aaricia** – J'avais rencontré Sarah lors de la création du spectacle **Plonger** en 2023-2024, et connaissais son travail. On avait déjà mis en place 3 actions ensemble, au cours desquelles la douceur, la force et la justesse de Sarah sur le terrain m'avaient marquée.

Lui demander d'intégrer les Rendez-vous de la médiation était une évidence.

**Sarah** – J'avais déjà proposé un atelier pour des groupes scolaires autour de **Plonger**.

Mon interlocutrice en amont a été Aaricia. On a évoqué plusieurs possibilités, dont un atelier avant le spectacle, dans le décor de ce dernier. J'ai nourri ce travail de préparation par différents échanges avec des pair·es.

La question était de voir à qui on allait s'adresser et de s'adapter au public.

samusocial  
.brussels

**Aaricia** – La proposition a été présentée lors de la journée Réseau en Action, un repère annuel très fort. Sophie est venue me voir au stand, avec l'envie de creuser les thèmes de ce spectacle, et de permettre au groupe de découvrir le Varia autrement que via la position de spectateur·ices. On a eu une longue discussion pleine d'enthousiasme!

## Les acteures du projet

**Aaricia Vanhamme** – Médiatrice culturelle au **Varia**, elle a initié la proposition, coordonné la communication et la logistique liées aux différents moments de rencontre. Elle a accueilli et accompagné tout le monde, en s'assurant du bien-être de chacun·e.

**Sarah Devaux** – Artiste créatrice du spectacle **Plonger**, comédienne et circassienne, elle a construit et animé l'atelier. Elle s'est donc trouvée au cœur du partage et de la rencontre, avant que les participantes ne voient la pièce.

**Sophie Lahaye** – Responsable des projets **Casas** du **New Samu Social de Bruxelles** jusqu'en avril 2025, elle a initié des choix de sorties culturelles collectives, avec le soutien de Lilia Caron, stagiaire à ce moment-là aux Casas.

**Bastien De Bundel** – Référent communautaire des projets **Casas** du **New Samu Social de Bruxelles**, il a pris le relais sur le projet en cours. Il a informé, motivé et mobilisé les participantes, et a accompagné le groupe de femmes des 2 **Casas**, lors de l'atelier et de la représentation.



Aaricia Vanhamme



Sarah Devaux



Sophie Lahaye



Bastien De Bundel



## Les préambules

**Aaricia** – Sarah a rapidement accepté la proposition. Après quelques échanges, nous avons défini 2 actions. Les associations pouvaient choisir celle qui cadrait le mieux avec leur réalité. Elles étaient d'abord en contact avec moi, puis mises en lien direct avec Sarah afin qu'elle puisse ajuster son canevas aux besoins du groupe.

Avec sa stagiaire Lilia, Sophie a proposé aux femmes de construire avec elles un programme de sorties culturelles pour 2024-2025, accompagnées d'actions de médiation.

Une partie des sorties a dû être annulée car il y a eu pas mal de changements dans les Casas. Mais Sophie avait à cœur d'en maintenir au moins une : **Plonger**.

Bastien a ensuite pris le relais. Avec Valérie (médiatrice culturelle chez Article 27 # Bruxelles) iels ont présenté le spectacle et l'atelier aux femmes des 2 Casas afin de les mobiliser.

*Le jour J : superbement bien accueillies ! C'était une belle occasion de rencontrer les femmes de l'autre Casa.*

Sylvie

**Bastien** – Ces interventions ont été utiles pour stimuler l'intérêt de notre public.

**Sylvie** – Iels ont pris la température du groupe, montré la vidéo. J'étais agréablement surprise, curieuse.

**Sarah** – Peu avant l'atelier, j'ai échangé avec Valérie sur la constitution du groupe. Ça m'a donné beaucoup d'informations supplémentaires et d'inspiration. J'ai trouvé très beau la manière dont l'inconnu et le « on ne sait pas de quoi elles sont capables » m'ont donné confiance : ne pas préétablir que ceci ou cela serait « trop ».

**Aaricia** – Avec Sarah on a voulu soigner l'accueil. Elle a suggéré de montrer le théâtre au groupe. Ça s'est développé : petit déjeuner, visite de l'atelier costumes...



*Voir l'envers du décors... tout un univers auquel on n'a pas accès. On a plus conscience de ce qui se passe en amont. L'implication de l'artiste... Ça donne une autre dimension.*

Sylvie

*Pendant le spectacle j'ai entendu la voix du bébé : je me suis dit « Ah chouette, elle est venue ! »*

Sarah



*Il y a un long travail de préparation derrière. Iels donnent réalité*



*C'était comme de la méditation. On a parlé de nos peurs. On peut surmonter nos peurs. Après l'atelier, je me suis sentie comme après une grosse pluie quand le ciel devient clair.*

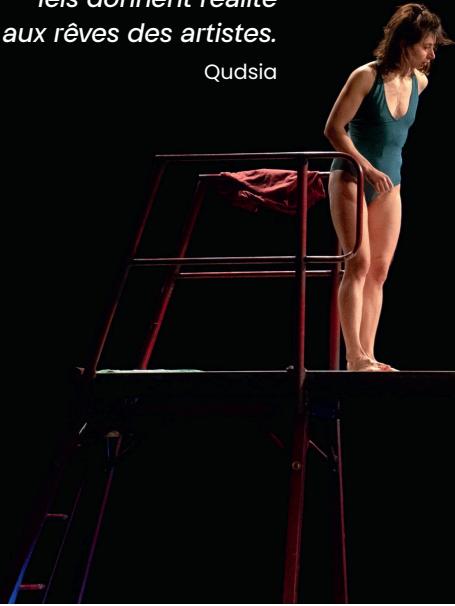
*Il y a un arc-en-ciel. On a reçu l'énergie de l'arc-en-ciel, comme s'il avait lavé nos corps.*

Qudsia

de préparation derrière.

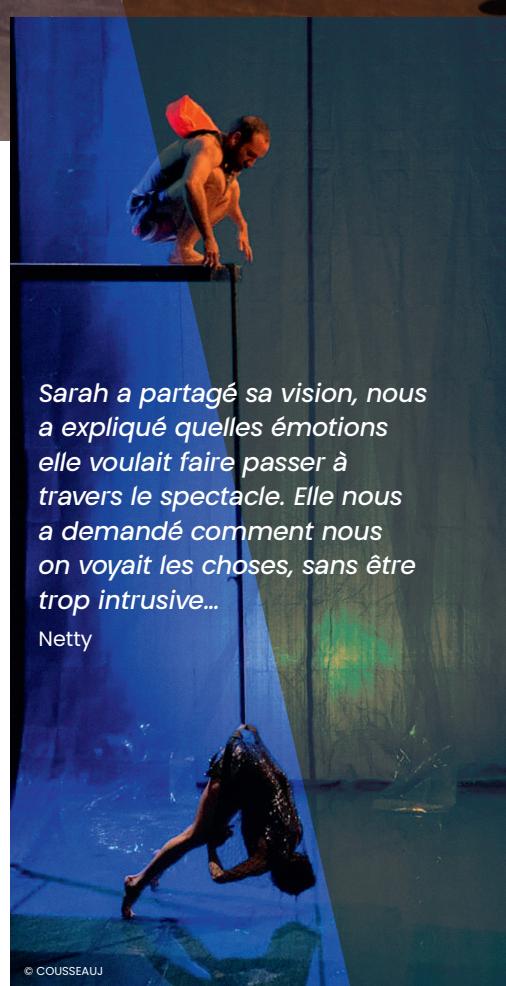
Iels donnent réalité  
aux rêves des artistes.

Qudsia



Institutionnellement, la volonté d'investir dans la médiation est forte, mais ce n'est pas toujours simple face aux réalités de chacun·e. Pouvoir compter sur la disponibilité de collègues est riche et sert l'institution autant que le projet, tout en visibilisant celleux qui fourmillent dans un théâtre quand le public n'y est pas. J'ai adoré ce moment de visite avec mes collègues. Tous ces éléments font que ça se passe, c'est hyper gai!

Aaricia



Sarah a partagé sa vision, nous a expliqué quelles émotions elle voulait faire passer à travers le spectacle. Elle nous a demandé comment nous on voyait les choses, sans être trop intrusives...

Netty

## Le Projet

**Aaricia** – Après un petit déjeuner convivial pour faire connaissance, j'ai fait visiter le théâtre. Ça démystifie ce lieu parfois intimidant, fait découvrir ces espaces moins connus (atelier de construction, costumes...) et certains métiers de l'ombre.

Sarah a enchaîné avec l'atelier, qui s'est déroulé sur scène, où le spectacle allait être vu par le groupe le soir-même. Ça permet de s'approprier un espace qui, le soir, s'illumine sous les regards du public.

**Bastien** – Le soir, le groupe n'était pas tout à fait le même que le matin.

Une difficulté majeure est de maintenir l'engagement des participantes. C'est souvent compliqué pour les mamans solos d'être disponibles.

Certaines ont décidé de venir le soir après avoir entendu les retours positifs du matin.

**Aaricia** – L'atelier était centré sur l'ancre dans son corps.

Je n'ai pas pu y assister mais Ilaria (ma stagiaire) était là. C'est grâce à sa présence qu'une des femmes a pu venir avec son bébé.

**Sarah** – On a débuté par des échanges autour

des thèmes du spectacle (peur, désir...), en lien avec leur vécu. Puis grâce à des outils de présence et de confiance, on a expérimenté le corps en mouvement, les sensations, en musique. Seule et à 2.

**Bastien** – L'atelier a été un moment fort, de relâchement et d'émotions partagées. Il y a eu un peu de gêne au départ, quelques rires, mais le groupe s'est détendu au fil de la séance.

**Sarah** – La veille j'ai ressenti une vraie tempête émotionnelle! Je donne peu d'ateliers, mais j'y trouve beaucoup de sens. Je me suis sentie vite très bien! Je les vois encore arriver, et toutes mes craintes sont tombées.

Je me suis faite surprise par la rencontre, mes a priori sur les difficultés qui n'étaient pas là où je les attendais; par les participant·es, la plupart très à l'aise d'être là, leur envie, nécessité et facilité à raconter, partager. J'ai été touchée de sentir que j'avais énormément en commun avec ces femmes, de les comprendre très facilement.

J'ai eu une difficulté à passer des mots au corps, (je sentais leur besoin de mots).

J'aurais aimé rentrer plus longuement dans une expérience sensorielle et de mouvements.

## Et après... ?

**Valérie** (collègue de Bastien) – C'était super gai d'avoir les retours positifs le lendemain, elles étaient pleines de souvenirs.

Ça lance un début de réflexion en équipe – Mettre en place des sorties culturelles, des choix de spectacles, une organisation (logistiques, présences) entre autres pour les mamans avec les enfants.

**Sarah** – Ça me donne envie de rencontrer un même groupe plusieurs fois.

Ce qui est au centre de ce genre d'atelier, c'est de plonger dans ses sensations, c'est la joie et la puissance que bouger procure. Je trouve que ça fait complètement sens, face à des groupes dont le parcours est a priori difficile et où les personnes ont pu être fragilisées.

Ça me donne envie d'explorer les outils que j'ai dans ma valise sur un plus long terme.

**Aaricia** – Les actions de médiation heureuses sont pour moi des moments de grandes vibrations relationnelles et donnent toujours envie de construire des suites sur ces jolies fondations! Cela permet une qualité de travail car on ne repart pas de zéro. Revoir les personnes, les associations... on tisse du lien, on a envie de continuer. Un élan du cœur!

Avec le soutien / Met de steun : de la Commission Communautaire Française (Culture et Action Sociale), de la Fédération Wallonie Bruxelles (Administration générale de la culture, service général de la création artistique et éducation permanente), de la Région de Bruxelles Capitale / van Brussels, Hoofdstedelijk Gewest, de la Commission Communautaire Commune de Bruxelles Capitale / van de Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie van Brussels-Hoofdstad et de Visit.brussels.

