



# STAGE DES AINÉS

VIVRE LA DANSE ET  
VIVRE LA CULTURE POUR LES 50+ ANS  
4 - 16 DÉCEMBRE 2023

## SOMMAIRE

VIVRE LA DANSE ET VIVRE LA CULTURE	2
L'ÉCOLE DES SABLES	3
ALESANDRA SEUTIN	4
RANDOLPH MATTHEWS	5
SAKY TCHEBE BERTRAND	6
PROGRAMME	8
FRAIS DE PARTICIPATION ET INSCRIPTION	9
INFORMATIONS PRATIQUES	9
Stage des Aînés – Édition 2018	10
Stage des Aînés – Édition 2019	10
Stage des Aînés – Édition 2021	10
Stage des Aînés – Édition 2022	11
INFORMATIONS DE CONTACT	12

## VIVRE LA DANSE ET VIVRE LA CULTURE

L'École des Sables **vous propose de venir** à Toubab Dialaw, petit village de pêcheurs du Sénégal, **afin de vous familiariser avec la danse et les mouvements**, moyens d'expression personnelle immédiate et intense, qui permettent de trouver un bien-être naturel grâce à une union intime entre le corps et l'esprit.

Dans un environnement idéal, encadré par des personnes compétentes et à l'écoute, toutes les conditions sont réunies pour passer ensemble des moments riches de sens, d'expériences, d'échanges culturels et de découvertes. C'est surtout une grande chance de pouvoir découvrir la Danse africaine directement à sa source, de ressentir l'énergie de son corps et celle de l'environnement. C'est également l'occasion d'effectuer des activités variées et de partager pendant quelques temps la vie et les habitudes des habitants du village de Toubab Dialaw.

L'École des Sables est un lieu unique en Afrique et dans le monde, un grand centre de formation **considéré comme la « Maison mère » de la Danse africaine**. Destiné habituellement à la formation de jeunes danseurs africains, ce centre désire offrir à d'autres l'occasion de découvrir l'Afrique à travers l'une de ses expressions artistiques majeures : la Danse.

L'âge ne doit pas constituer un handicap mais au contraire exprimer la sagesse, la richesse de l'expérience et la volonté de continuer à être actif dans ce monde. Effectuer un travail sur le corps est le meilleur moyen de garder une autonomie de mouvement et un bien-être physique. Les répercussions positives sont connues et considérables.

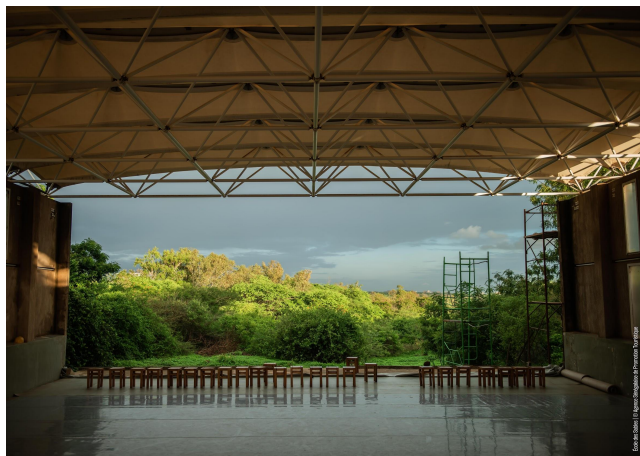
Un tel séjour marque profondément un être et l'aide à vivre convenablement le quotidien avec son cœur et avec son corps, quel que soit son âge. De même que le temps est perçu en Afrique de manière radicalement différente qu'en Occident, la notion d'âge s'y conçoit autrement. Les Anciens sont respectés, écoutés ; ils jouent un rôle essentiel dans la société et restent actifs. En Afrique, les Anciens dansent ; alors venez danser avec eux ...

## L'ÉCOLE DES SABLES

L'École des Sables, **Centre International en Danses Traditionnelles et Contemporaines d'Afrique**, est à la fois une école d'enseignement théorique et pratique, un laboratoire de recherche et un lieu de rencontres et d'échanges, de conférences et de résidences artistiques.

L'École a été **créée en 1998** par Germaine Acogny, Mère de la danse africaine contemporaine, et son mari **Helmut Vogt**. Depuis, L'École organise régulièrement des stages de formations professionnelles réunissant des danseurs et chorégraphes d'Afrique, de sa diaspora et du monde entier. Plus de 700 danseurs originaires de 26 pays africains ont bénéficié d'une formation technique de haut niveau, dispensée par des professeurs africains et occidentaux de renommée internationale.

L'espace de travail se compose de deux grandes salles de danse : une de 400m<sup>2</sup> avec un sol de sable, appelée « Aloopho » ; l'autre de 280m<sup>2</sup> disposant d'un tapis de danse professionnel, appelé « Salle Henriette ». Par ailleurs, pour que l'accueil soit optimal, le Centre compte également une salle de conférence. L'École compte 24 bungalows d'une capacité d'accueil globale de 72 personnes, répartis en trois « villages ». Les repas sont pris dans le restaurant du Centre d'une capacité de 70 personnes, géré par les femmes du village.



## ALESANDRA SEUTIN



Alesandra Seutin

**Technique Germaine Acogny**

Codirectrice artistique de l'École des Sables

Interprète, chorégraphe et professeure internationale, Alesandra Seutin est une artiste multidisciplinaire qui utilise le mouvement comme base pour créer son univers contemporain. Diplômé en danse-théâtre du Conservatoire Trinity Laban et récipiendaire d'un Bachelor en chorégraphie et performance de l'Université de Middlesex à Londres.

Elle a également été formée à l'École des Sables et par Germaine Acogny qui lui a transmis sa technique, qu'elle enseigne, entre autres, à l'École des Sables et partout dans le monde.

Fondatrice de la compagnie Vocab Dance, Alesandra Seutin crée des pièces qui provoquent la réflexion et frappent l'imaginaire par leur force visuelle et leur contexte socio-politique, que ce soit pour la scène, l'écran et hors les murs. Alesandra Seutin a reçu à ce jour plus de 20 commandes chorégraphiques qui

ont fait l'objet de tournées nationales et internationales. Ses productions récentes incluent : *Boy Breaking Glass*, dont la première a eu lieu au Sadler's Wells à Londres et film interactif *Inside Head*. Depuis 2020, elle est la directrice artistique invitée de la National Youth Dance Company (NYDC) en Angleterre au Sadler's Wells.

Photo: Bizenga

## RANDOLPH MATTHEWS



Photo: Mascha Tielemans

*Randolph Matthews*

**Voix et mouvement . interprète . compositeur .  
vocaliste**

Les compositions et l'art vocal de Randolph Matthews s'étendent sur deux décennies, avec des performances en solo et en collaboration et des écrits. Il a travaillé avec des artistes de la scène classique, du jazz et de l'art contemporain. Parallèlement aux sorties d'albums, la passion de Randolph pour les formes d'art multidisciplinaires l'a amené à présenter son travail dans le cadre d'expositions à Londres et à l'étranger pour la National Gallery, Greenwich Maritime, British Museum, BBC. Tout au long de sa carrière, il a effectué de nombreuses tournées en Europe, en Afrique centrale et en Amérique, en collaborant avec des artistes tels que Herbie Hancock, Richard Bona et l'interprète et chorégraphe internationale Alesandra Seutin.

## SAKY TCHEBE BERTRAND



Saky Tchebe Bertrand

**Ivorian Dances**

Assistant des directeurs artistiques de l'École des Sables

Danseur/ chorégraphe/ percussionniste ivoirien, ancien danseur du ballet national de Côte d'Ivoire, Saky Tchebe Bertrand est diplômé comme professeur de danse, dans le cadre de la convention entre l'École des Sables et le Centre National de la Danse.

Il s'installe au Sénégal, où il commence à danser avec la compagnie Jant-Bi sous la direction de Germaine Acogny. Il a fait le tour du monde en tant que danseur et a enseigné au niveau international.

Les cours de Saky mêlent mouvements traditionnels et sociaux et chansons pour explorer la culture de sa Côte

d'Ivoire natale, où il a été danseur pour les ensembles de danse nationaux. Son humour est transféré à sa créativité et devient très contagieux ! Les cours de Saky sont amusants, stimulants et pleins de moments inspirants.

Photo: Mascha Tielemans

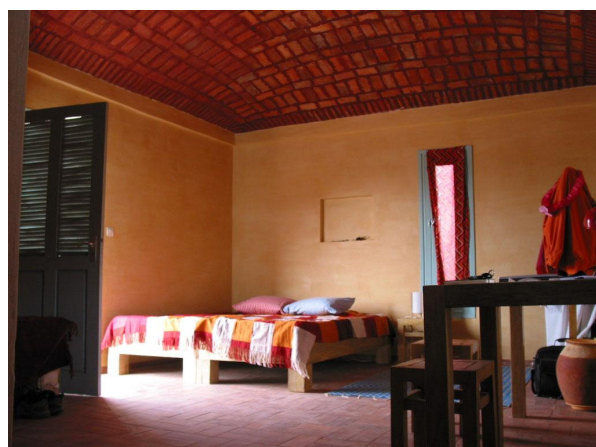
## LOGEMENT, RESTAURATION, SOINS, ÉQUIPEMENT

L'hébergement des participants se fait dans les **24 bungalows** du Centre (équipés de moustiquaires et ventilateurs), à raison de 2 personnes par bungalow. Certains bungalows sont équipés d'une salle de bain et de toilette individuelle (réservés en priorité aux plus âgés), les autres salles de bains, bien équipées et construites selon une architecture originale, se situent juste à côté des bungalows.

Les repas sont pris dans le restaurant du Centre qui domine la lagune et l'océan. Ils sont préparés par l'équipe de cuisinières composée de femmes du village, dans des conditions d'hygiène rigoureuses. La cuisine variée et saine : riz, poissons, viande, beaucoup de légumes et de fruits du pays, adaptée au goût et aux estomacs occidentaux.

Le Centre est équipé d'une maison-infirmierie où officie un médecin présent pendant toute la durée des stages. Les cas bénins ou ne nécessitant pas forcément l'intervention d'un spécialiste peuvent être traités sur place. Quelques cas requérant l'avis et la consultation d'un spécialiste peuvent être dirigés vers Rufisque (la ville la plus proche à 25 kilomètres) ou Dakar. Le village de Toubab Dialaw dispose d'une pharmacie et d'une masseuse professionnelle.

Une connexion WIFI est disponible.





## PROGRAMME

Sous la direction de Germaine Acogny, l'approche proposée par le programme est basée sur la découverte (ou la redécouverte) du corps dans un contexte où la nature tient une place primordiale. Quel que soit le niveau des participants, les cours sont dispensés en groupe unique, sans discrimination de compétences, chacun évoluant à son rythme et selon ses capacités.

Les cours d'expression corporelle se déroulent sous la structure d'une salle de danse de 400m2 baptisée « **Kër Aloopho** » (la maison d'Aloopho), disposant d'un sol de sable, et dans une deuxième salle, de 280 m2 (salle *Henriette Bathily*), équipée d'un sol de danse professionnel.

D'autres activités sont prévues favorisant la rencontre, l'échange et les discussions. Ainsi, au travers de l'apprentissage de la fabrication de jus de fruits locaux avec les cuisinières de l'École, de soirées contes et conférences, d'excursions en brousse, de ballades au marché, de chants, de marche dans l'eau... Il s'agit de découvrir le mode de vie du village de Toubab Dialaw et de sentir la nature environnante et se laisser bercer par elle. Enfin, il s'agit de vivre ces deux semaines au rythme de l'École des Sables, partagées entre musiques et mouvements, village et nature, activités et calme.

Les activités proposées sont tout aussi bien pensées pour les hommes que pour les femmes, il est possible de venir en couple, avec des amis ou de la famille même s'ils préfèrent ne pas suivre tout le programme.



Stage des Aînés | **Vivre la Danse et vivre la Culture pour 50+ ans**

École des Sables | Toubab Dialaw | Sénégal

Du 4 au 16 décembre 2023

## FRAIS DE PARTICIPATION ET INSCRIPTION

Le tarif pour l'édition 2023 est de **1,400 euros** par personne pour les deux semaines, et **1,000** pour une semaine.

Il comprend l'hébergement, la nourriture en pension complète, les cours d'expression corporelle et les activités internes à l'Ecole. Le transport international, les frais de transfert Aéroport de Dakar/Toubab Dialaw et retour (compter 30 euros aller/retour), les excursions extérieures et les séances de massage sont à la charge des participants. Il est ainsi obligatoire d'avoir une assurance de voyage internationale. Le nombre de participants est limité à 25 personnes.

Veuillez remplir le [formulaire d'inscription](#) et l'envoyer avant le **20 octobre 2023**.

### Conditions

Paiement par virement bancaire avec les conditions de paiement suivantes. Au moment de l'inscription, paiement de 50 % du prix du stage (soit 700 euros) les 50 autres % au plus tard le 17 novembre 2023. Les frais bancaires sont à la charge du participant. Informations à envoyer après acceptation par l'Ecole des Sables.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Visa

Renseignez-vous auprès du consulat du Sénégal de votre pays ou sur le site internet *de votre ministère des Affaires étrangères*. Nous vous délivrerons une lettre d'invitation pour vos démarches si nécessaire.

### Climat

Au mois de décembre, c'est la saison sèche et la meilleure de l'année. Les températures sont autour de 25 degrés et les soirées peuvent être fraîches.

### Assurance Santé

Il vous faut une assurance médicale. Vérifiez que votre assurance couvre le Sénégal en cas d'hospitalisation ou rapatriement médicale.

## Stage des Aînés – Édition 2018



## Stage des Aînés – Édition 2019



## Stage des Aînés – Édition 2021



## Stage des Aînés – Édition 2022



Photos: Mascha Tielemans

Stage des Aînés | **Vivre la Danse et vivre la Culture pour 50+ ans**

École des Sables | Toubab Dialaw | Sénégal

Du 4 au 16 décembre 2023

## INFORMATIONS DE CONTACT

### ÉCOLE DES SABLES

Plus d'informations et inscription  
[candidature@ecoledessables.org](mailto:candidature@ecoledessables.org)

*Directeurs artistiques*

**Alesandra Seutin**

[alesandra.seutin@ecoledessables.org](mailto:alesandra.seutin@ecoledessables.org)

**Wesley Ruzibiza**

[wesley.ruzibiza@ecoledessables.org](mailto:wesley.ruzibiza@ecoledessables.org)

*Directeur administratif*

**Paul Sagne**

[paul.sagne@ecoledessables.org](mailto:paul.sagne@ecoledessables.org)

Village de Toubab Dialaw - SÉNÉGAL  
Adresse | BP 22626 - 15523 - Dakar – SÉNÉGAL  
Téléphone | +221 33 836 23 88  
[info@ecoledessables.org](mailto:info@ecoledessables.org)



---

Stage des Aînés | **Vivre la Danse et vivre la Culture pour 50+ ans**

École des Sables | Toubab Dialaw | Sénégal

**Du 4 au 16 décembre 2023**