

Stéphanie PORCEL

La danse entre dans ma vie à l'âge de 15 ans, après quelques années en tant que gymnaste. Je découvre la **danse contemporaine** lors de ma formation professionnelle au Studio Harmonic à Paris-Bastille entre 1997 et 2003, principalement auprès de Béa Buffin, Lola Keraly, Sophie Daviet Anne Dreyfus, Eric Senen, Nathalie Pubellier et Corinne Lanselle.

J'obtiens mon **diplôme d'état en 2003** que je complète dans la foulée par une **Formation spécialisée certifiante Handidanse au Pôle National Supérieur de Danse Rosella Hightower** en juillet 2003.

Entre 2004 et 2006, je fais une **formation en tant que sophrologue et Relaxologue à l'Académie de Sophrologie Caycédienne de Paris**, ces deux formations ont grandement nourri mes approches pédagogiques et chorégraphiques. J'enseigne la danse contemporaine depuis 2003 dans de multiples structures ; associations, conservatoire, MJC, formation danseur au Studio Heart Point sous la direction de Dominique Lesdema de 2016 à 2018.

Actuellement, au Centre Social et Culturel des Blagis dans les Hauts de Seines, au Studio Harmonic, au Centre des Arts Vivants à Paris, ainsi que lors des stages organisés par la FFD Oise chaque été.

En parallèle, **entre 2001 et 2013**, je poursuis une carrière de **danseuse interprète** et travaille avec différentes compagnies : *Le Fou de Bassan, Processing, A Corps Perdu, les Pieds Ingénus, Sylvain Groud, Sophie Daviet, la compagnie Carmargo, et la Cie F2B* en tant que collaborateur chorégraphique, notamment avec Stéphane Ripon chorégraphe et ancien directeur du Théâtre du Grenier de Bougival dans les Yvelines. J'élabore en parallèle des projets chorégraphiques plus personnels et cherche à développer ma propre matière à travers de courtes créations à partir de 2005.

Mue par un désir de développer ma propre démarche artistique et chorégraphique, je décide de créer **la Cie Pelmelo en octobre 2010**, afin d'avoir une totale liberté d'expression et de pouvoir lier de manière intime la recherche chorégraphique, l'expression artistique et la transmission pédagogique, qui deviennent les trois piliers de la Compagnie.

C'est ainsi qu'est née l'Association Créations Pelmelo. Le nom de la Compagnie et de l'association - **Pelmelo** vient de l'expression « **Pèle-mêle** ». Au cœur de ma démarche artistique, je fais le pari du mélange. Mais c'est un mélange subtil où chacun vit, existe et s'enrichit.

En effet, au sein de mes créations et de mes activités pédagogiques, j'interroge ce qui naît de la rencontre des individus, des styles et des corps. Le travail de la compagnie s'organise, dès lors, dans le dialogue des âmes et des corps, et, la démarche artistique de la Cie se décline, ainsi, sous le signe de la co-construction : *il s'agit de donner à voir la relation sensible qui se tisse entre les corps et les individus.*

Depuis je m'entoure, m'enrichis et m'inspire des rencontres humaines et signe mes deux premières pièces chorégraphiques en **2011 « Influences »** et **« L'Enfer de Casanova »**.

C'est en 2013 que je décide de cesser d'être interprète pour d'autres chorégraphes, et de me consacrer à mes propres créations en tant que chorégraphe de la Compagnies Pelmelo, c'est un besoin viscéral que j'articule avec ma passion pour l'enseignement.

Naissent alors **« TERCERO » en 2014**, et **« Moi Je... » en 2016**, qui obtient le 4ème prix du concours Les Synodales 2015 avec le 1^{er} extrait de cette création. La dernière création de la Cie Pelmelo est un **spectacle jeune public « Même pas vrai ! » en 2017**.

« TERCERO » et « Moi Je... » sont deux créations qui font naître une question essentielle dans ma recherche, *Comment s'opère la transformation de l'être à travers son vécu ? A travers le mouvement dansé ?* C'est ainsi que je décide de créer le Collectif Pelmelo, puis la Cie Pelmelo Junior et peut-être envisager une ébauche de réponse à travers les multiples rencontres humaines, et des corps. C'est indéniable, l'âme et le corps sont indissociables, d'année en année certains se transforment littéralement sur les deux plans en accord.

Le Collectif Pelmelo voit le jour en octobre 2014. Il s'agit de permettre à des danseurs de tout horizon amateurs, professionnels ou semi-professionnels, de partager un temps autour d'un travail d'écriture chorégraphique. L'objectif est double, une création collective et un aboutissement, la restitution publique par le collectif, soit lors de premières parties de la Compagnie Pelmelo, soit lors de festivals et de rencontres chorégraphiques. L'intégration au Collectif est basée sur le volontariat de chacun et sur simple inscription.

La Cie Pelmelo Junior, voit le jour en octobre 2016. L'objectif est de proposer, aux jeunes danseurs souhaitant se professionnaliser en tant que danseur interprète, l'accès à une formation et une expérience en Cie. Le but est de préparer les jeunes danseurs en voie de professionnalisation aux auditions, d'explorer et de développer leur démarche artistique et de confronter leurs aptitudes (à la fois techniques, d'interprète et d'adaptation) en multipliant les expériences de la scène. L'intégration à la Cie Junior se fait sur audition.

L'Association Créations Pelmelo est dissoute en juin 2020, mais je décide de poursuivre les actions pédagogiques et chorégraphiques en auto entrepreneur en ce qui concerne le Collectif Pelmelo et la Cie Pelmelo Junior – formation.

En 2015 à Paris, je prends une classe de danse classique avec **Alex Munz**, je n'oublierai jamais ce jour, mais Alex venait de donner son dernier cours en France, le lendemain il déménageait aux États-Unis.

Depuis plusieurs années je suis le développement international de la **MAISON MUNZ**, c'est une évidence : nous avons une philosophie commune concernant l'approche du corps et du mouvement, une approche que je veux approfondir.

Mars 2020, je suis coach certifié SAFE® FLOOR après la **formation professionnelle** à Lyon avec **Alex Munz**. C'est un grand carrefour pour moi et mes ressentis.

Chaque jour et durant ces douze jours de formation, je vais à la rencontre de mes intuitions les plus profondes, une nouvelle nature physique et physiologique émerge en moi, de mes articulations, de mes muscles, de mes fascias. Je suis étonnée par la vitesse et la douceur apparente avec laquelle cette méthode creuse les profondeurs du corps humain.

Je crois que c'est important que vous lisiez mon témoignage, que le monde bénéficie le plus largement possible de cette approche innovante. C'est maintenant une certitude, on peut tous se régénérer, et même s'auto-guérir. *J'ai achevé ma formation de coach SAFE® FLOOR avec succès, mais la vraie réussite c'est ma découverte du pouvoir que j'ai sur mon propre corps, encore plus puissant que je ne le pensais.* Je suis arrivée à cette méthode par intuition, **SAFE® FLOOR m'a fait découvrir des ressources extraordinaires.** Pour moi qui souffrais de plusieurs pathologies vertébrales et périphérique.

C'est comme un nouveau langage, pour la vie quotidienne, pour la performance et la santé que je vais pouvoir faire murir, faire évoluer dans mon travail personnel mais surtout dans ma transmission du SAFE® FLOOR pour une approche du corps plus somatique et essentiel.