

Au-delà de la performance : prendre soin de soi

**8 SEPTEMBRE
2026**

Mardi
9h-21h

**CONSERVATOIRE NATIONAL
SUPÉRIEUR DE MUSIQUE
ET DE DANSE DE PARIS**

209 avenue Jean Jaurès
75019 Paris

Au-delà de la performance : prendre soin de soi

Le CNSMDP affirme son engagement en faveur de la santé et du bien-être pour toutes et tous. De nombreux dispositifs accompagnent déjà les pratiques artistiques face aux exigences physiques et mentales qu'elles impliquent, en mêlant prévention, soins et accompagnement afin de favoriser des conditions d'étude et de travail adaptées à chacun. Cette attention portée au corps et à l'esprit s'inscrit pleinement dans une réflexion plus large sur la qualité de vie et la durabilité des parcours artistiques.

Dans le cadre des journées d'accélération du PEPR ICCARE et porté par le Programme Gradué Art, le CNSMDP souhaite aujourd'hui aller plus loin en mettant en dialogue ces dispositifs de terrain avec les travaux de recherche consacrés à la santé de la performance, tant physique que mentale. Cette journée sera rythmée par des tables rondes qui permettra d'aborder de nombreux sujets comme le surmenage, les perceptives des recherches sur la santé effectuées au CNSMDP ou encore la santé des femmes. Des ateliers permettront d'aborder le bien-être par le regard de l'artiste dans des performances variées.

Ces regards croisés entre apports théoriques, expériences cliniques et regard artistique ont pour ambition de questionner et de permettre une appropriation de sa propre santé dans un contexte des pratiques du CNSMDP.

9h-9h30

ACCUEIL CAFE

9h30-10h

salle Nadia Boulanger

MOTS D'OUVERTURE

ÉMILIE DELORME

(CNSMDP) et

SOLVEIG SERRE

(CNRS)

10h-11h

**LES CONSÉQUENCES
DU SURMENAGE**

salle Nadia Boulanger

Animée par

THOMAS MAMOU

(médecin du sport et ancien

médecin du CNSMDP)

Avec XAVIÈRE BARREAU

(médecin du sport,

coordinatrice du service

de médecine de la danse de

l'Opéra National de Paris),

OLIVIER COLDEFY

(psychologue clinique

chez Thalie Santé) et

AMANDINE DORGET

(médecin du CNSMDP)

11h-11h15

PAUSE

11h15-12h15

**LA SANTÉ DES FEMMES.
CRÉER AU FIL DE LA VIE.
CONCILIER LES ÉQUILIBRES
TOUT AU LONG DE
SON PARCOURS**

salle Nadia Boulanger

Animée par

CORALIE VINCENT

(CNRS, IRCAM)

Avec ÉLÉONORE GAGEY

(chanteuse lyrique, ancienne

sage femme des hôpitaux de

Paris - association

« enceinte en scène »),

CHARLOTTE MACLET

(1^{er} violon du Quatuor Zaïde) et

CAROLE MAITRE

(médecin gynécologue

et médecin du sport à

l'INSEP, Institut National

du Sport, de l'Expertise

et de la Performance)

12h30-14h

COCKTAIL DÉJEUNATOIRE

14h-15h30

salon Vinteuil ou

salle Nadia Boulanger

STÉPHANIE PILLON

(gestalt-thérapeute, coach

professionnelle et formatrice)

Initiation aux PSSM - premiers

secours en santé mentale

14h-15h puis 15h45-17h15

plateau 1

Atelier de massage

acousmatique : vers un

environnement sonore

dédié au mieux-être

LAURENT CORVALAN

GALLEGOS et

VINCENT ISNARD

(Ensemble Irma)

Collaboration et scénographie

de SOPHIE LARGER

(designer-chercheur

et professeur à l'École

nationale supérieure des

Arts Décoratifs-PSL)

15h45-17h15

studio 116-117

Recherche-Création Danse

HSUAN CHANG,

KENZA KABISSO,

PIERRE-LOUP MORILLON

Avertissement : certains

projets présentés

comportent de la nudité.

17h30-18h45

salle Nadia Boulanger

**DU TRAC À LA DOULEUR :
LA SANTÉ DES ÉTUDIANTS
DU CNSMDP AU CŒUR
DE LA RECHERCHE**

Animée par

CÉLINE BOUISSOU

(doctorante en Science

du Mouvement du

Humain, chercheuse

en accueil CNSMDP)

Avec MARTIN BARRÉ

(doctorante à l'EHESS

et Université Jean

Moulin, Lyon 3) et

AGATHE CHARBONNEAU

(doctorante à l'EHESS)

19h

COCKTAIL

Performance de musique

électronique avec des

instruments fabriqués avec

du matériel hospitalier.

Par AXEL BARRATT DUE,

artiste sonore, compositrice

et PhD « Vocal non-

identities in a pneumatic

post-instrumentality » à

la Norwegian Academy

of Music (Norges

musikkhøgskole - NIMH) à Oslo

ICCARE



<http://pepr-iccare.fr>



**CONSERVATOIRE
NATIONAL SUPÉRIEUR
DE MUSIQUE ET
DE DANSE DE PARIS**



anr[®]

PSL  SACRe
UNIVERSITÉ PARIS

Le programme de recherche ICCARE bénéficie d'une aide de l'État
gérée par l'Agence nationale de la recherche au titre de France
2030 portant la référence ANR-23-PEIC-0001.