COMMUNIQUÉ DE PRESSE - LE 24 septembre 2026
DOSSIER DE PRESSE EN LIGNE
TÉMOIGNAGES ET VIDÉOS SUR YOUTUBE

LE QUINSON : UN TEMPS HORS DU TEMPS POUR RETROUVER L'ÉLAN

Dans la Drôme, un lieu rare accueille des personnes en quête d'un nouveau souffle. À l'heure où tout s'accélère, Le Quinson fait le pari inverse : ralentir.

Cette ancienne ferme drômoise située au cœur de 80 hectares de nature protégée accueille des personnes à la croisée des chemins, en questionnement, épuisées ou que la vie a mises à l'épreuve. Pendant 12 jours, elles vivent une expérience unique : une alternance d'explorations en groupe et d'explorations individuelles, de pratiques au contact de la nature et en atelier, de temps de convivialité, de temps pour soi... Cette alternance offre un terreau fertile, propice au tissage de liens, à la créativité et à la reconstruction. Encouragé par le succès des deux premières éditions, Le Quinson a décidé de poursuivre son action.

La singularité du Quinson : créer les conditions d'une remise en mouvement... autrement

"Ce temps hors du temps permet aux participants de vivre des rencontres, des partages et d'expérimenter des pratiques d'expression créatives, de conscience corporelle et de reconnexion à la nature qui pourront les aider à poser de nouveaux choix plus conscients, plus alignés."
Capucine Levie, cofondatrice, plasticienne et art-thérapeute et **Bruno Emsens**, cofondateur, metteur en scène et professeur de théâtre

Un lieu propice à l'apaisement, à l'élan créatif et à la reconstruction

Les séjours, encadrés par une équipe pluridisciplinaire, accueillent des groupes de 7 à 12 personnes. Ils sont à la fois une **pause ressourçante** et **une expérience d'exploration à travers 5 voies** qui se nourrissent mutuellement pour laisser place à l'inattendu, à de nouvelles perspectives :

- ➢ **Le vivre ensemble, une expérience du lien authentique** : dire, écouter, partager avec d'autres dans un esprit d'ouverture et de bienveillance où le respect et la confidentialité donnent la sécurité nécessaire à la libération de la parole.
- ➢ **La nature, un espace de reconnexion au vivant** : se ressourcer au cœur d'une nature puissante, s'y immerger, se reconnecter au vivant, s'accorder à ses rythmes, à ses sons, à ses odeurs.
- ➢ **La créativité, aller là où l'on se s'attend pas** : oser de nouvelles voies, libérer l'expression et se laisser surprendre grâce à des explorations par le théâtre, la danse, l'écriture et d'autres pratiques créatives.
- ➢ **Le corps, retrouver le plaisir du mouvement et l'énergie vitale** : se mettre à l'écoute de son corps, respecter ses besoins de mouvement et de repos, retrouver le plaisir des sensations, se reconnecter à son souffle.
- ➢ **La joie, une boussole intérieure au cœur du processus de reconstruction** : retrouver, cultiver et nourrir la joie par le jeu, le rire, la spontanéité, l'expression libre et l'humour.

Déroulé du séjour et modalités

- ➢ **Durée** : 12 jours (du dimanche 18h au au vendredi de la 2e semaine, 14h)
- ➢ **Accueil** : 7 à 12 participants
- ➢ **Alternance temps d'atelier** (matin et après-midi les jours de la semaine) et **temps libre** (après le déjeuner, en soirée et le weekend)
- ➢ **Fin du séjour** : restitution des expériences vécues et du chemin parcouru
- ➢ **Tarif :** Chambre individuelle : 2280€ | Chambre double : 1750€ | Chambre triple : 1350€ | Prix solidaire. Contacter le Quinson
- ➢ **Possibilité d'échange par téléphone** : 07 57 06 77 30
- ➢ **Inscription** : via le formulaire en ligne sur le site

Prochains séjours 2026/2027

- Dimanche 16 au 28 novembre
- Lundi 25 janvier au samedi 6 février
- Lundi 8 mars au samedi 20 mars
- Lundi 5 avril au samedi 17 avril
- Lundi 10 mai au samedi 22 mai
- Lundi 14 juin au samedi 26 juin

Pour en savoir plus, pour une interview ou un reportage sur place, veuillez nous contacter :

Contact presse : L'agence RUP
Pascale Hayter - 06 83 55 97 91
pascale.hayter@lagencerup.fr