



# 3 mots de plus

Compagnie d'art littéraire

*Ateliers d'écriture, expériences de création, voisinages d'auteurs  
à Saint-Brieuc et en Armor - saison 2025/2026*

## SE FAIRE UNE IDÉE DE L'ATELIER D'ÉCRITURE

*Lu. 08/09 18h-20h30, Me. 10/09 17h-19h30,  
Sam. 13/09 10h-12h30 et 14h-16h30  
+ à Lamballe Vend. 12/09 18h-20h30, **gratuit***

Cinq séances de découverte pour adultes et jeunes à partir de 12 ans sont proposées en début de saison. Un atelier léger suivi d'une présentation du programme. On ne peut participer qu'à une séance.

## PRENDRE GOÛT : COMMENCER

*10 séances d'octobre à juin, 18h30 -20h30,  
1<sup>re</sup> séance : 16 septembre , 190€*

L'important c'est d'abord d'essayer. On observe comment la pratique créative, change progressivement notre regard sur l'écrit et nous révèle "tous capables". Au-delà de ce premier acquis, une initiation à la réécriture permet aux textes de continuer à prendre forme.

*Animé par Véronique Frétygn*

## Découvrir

## CONTINUER L'AVEVENTURE

*10 séances d'octobre à juin, 18h30-20h30,  
1<sup>re</sup> séance : 15 septembre , 190€*

Arpenter les chemins de l'écriture hors des sentiers battus, s'offrir des escapades, explorer des terres en friche. Pour développer son expérience de l'écriture littéraire, chacun-e continuera à tracer son sillon, en bénéficiant d'un accompagnement attentif.

*Animé par Cathy L'Hémeury*

## PRENDRE SON ENVOL

*8 séances (de 2h30) d'octobre à juin,  
18h30-21h, 1<sup>re</sup> séance : 10 septembre. 190€*

Un monde commun, des regards singuliers. Jardins, rues, visages, maisons, objets, que percevons-nous de ce qui nous entoure? Entre imaginaire et réel, une exploration au-delà des apparences pour donner à voir autrement. Écrire, c'est traduire le monde dans une langue à soi. Une 3<sup>e</sup> année pour assurer les acquis et trouver dans son histoire avec le langage de quoi gagner en autonomie.

*Animé par Claire Debray*

*Ecrire*

*à volonté*

## LES PRESCRIPTIONS D'EUGÉNIE

*D'octobre à juin, hors vacances scolaires, 1<sup>er</sup> envoi le 27 septembre, 60€*

Une offre d'écriture est faite toutes les trois semaines par courriel. On a 15 jours pour y répondre si on le souhaite. Ensuite, les textes sont regroupés en un recueil numérique, envoyé aux participant.e.s.

## ÉCRIRE LA VIE D'UN PROCHE

10 séances de sept. à juin, 18h30-20h30  
1<sup>re</sup> séance : 23 sept. 190 €

Trouver la bonne distance pour composer une biographie, faire de la vie de quelqu'un un sujet littéraire, donner toute sa place à l'invention.

*Animé par Fabienne Soulard*

## BRIBES, FRAGMENTS ET ÉCLATS

8 lundis d'oct à mai, 18h-20h30  
1<sup>re</sup> séance : 6 octobre. 200 €

L'écriture en "fragments" se tient à la croisée du vécu de chacun, du quotidien brut et du poétique. En des écrits courts et intenses, à la fois indépendants et se répondant, elle offre une forme qui joue avec les blancs et les silences.

*Animé par Félicie Louf*

## DE L'ÉCRITURE THÉÂTRALE À LA MISE EN JEU

4 samedis de nov. à mai, 10h-12h30 et 13h30-16h. 1<sup>re</sup> séance : 15 novembre. 200 €

Comment adapter un roman à la mise en voix et au jeu théâtral ? La démarche propose d'appréhender le roman au cours d'une lecture itinérante gratuite, samedi 20 septembre de 15h à 17h30 (sans obligation ultérieure). On fera revivre un livre de Yves Le Febvre (1874-1959), *La Terre des prêtres*, qui fut un évènement en son temps. Une famille de Julots, riches paysans dévots du Léon, a donné avec bonheur à l'Église son seul fils, Yves-Marie.

La découverte de la grossesse de Mac'harit, leur fille cadette, est le début d'une chute vertigineuse. La compagnie professionnelle Bao Acou mettra en voix les écrits réalisés, lors de la manifestation "Nous, liserons dans la ville" en mai 2026.

*Animé par Michel Gendarme, auteur dramatique*

## ÉCRITURE DE CHANSONS

5 séances, 18h30-20h30 + un samedi, 9h30-16h30. 1<sup>re</sup> séance : 15 janvier, 18h30. 160€

La chanson offre un terrain original de mise en œuvre de l'écriture. Avec le concours d'un auteur et d'un musicien, l'atelier ira au bout de la démarche jusqu'à la mise en musique et l'interprétation.

*Animé par Denis Flageul et Gilles Riot*

## Vivre une expérience

### LE FAIT DIVERS, SOURCE DE FICTION

10 vendredis d'oct. à juin, 18h-20h  
1<sup>re</sup> séance : 3 octobre, 190€

Fascinants, horripilants ou cocasses, les faits divers sont un reflet sans filtre du réel. Les écrivains y ont emprunté des personnages, des intrigues, des situations. Ils ont su mettre en mots ce que la chronique est impuissante à rendre. A partir d'articles de presse ou d'anecdotes marquantes, l'atelier proposera de s'emparer de cette matière brute pour la façonner et explorer la frontière infime entre la réalité et la fiction.

*Animé par Vanessa Lozay*

*Ça se passe*

*à Lamballe !*

### LE JOURNAL, RÉCITS ET ILLUSTRATIONS DU QUOTIDIEN

8 samedis d'octobre à juin, 14h-16h30  
1<sup>re</sup> séance : 4 octobre. 190€

Tenir un journal devient un espace d'expériences dont le matériau inépuisable est "la vie". Les fils de son histoire personnelle au jour le jour, se tissent dans un éphéméride qui s'épaissit de récits et d'images.

*Animé par Séverine Cardon*

Pendant les vacances

parent-enfant

## COMPLICITÉS ARTISTIQUES

6 mercredis de 10h à 12h, les 4, 11, 18 et 25 mars ; 1<sup>er</sup> et 8 avril, 180€ les deux pers.

Quand les mots vont à la rencontre des arts visuels. Réunir expression plastique et littéraire en même temps que susciter du lien familial, au plus près des œuvres d'art, c'est la volonté de cet atelier. Seront accueillis des binômes associant un parent ou un grand-parent et un jeune (8-14 ans) désireux de partager la même expérience artistique.

*Animé par Aude Bracq*

## LA POÉSIE À LA CROISÉE DES PRATIQUES

Samedi 15/11 à Morieux, 07/02 à Bégard, 30/05 à Plérin, 10h-12h30 puis 14h-16h30.

Limité à 8 participant-e-s. 180 €

Une plongée physique, mentale et scripturale au cours de trois journées en automne, en hiver et au printemps, dans trois lieux propices à l'immersion poétique. L'écriture se combinera avec une pratique de méditation et un travail sur le souffle et la voix.

*Animé par Anne-Laure Lussou  
accompagnée de Nolwenn Huyart  
et Emmanuelle Pommier*

## Faire dialoguer textes et images

### DESSINS, ILLUSTRATIONS ET CARNET DE BALADE

10 séances d'octobre à juin, 18h30-20h30  
1<sup>re</sup> séance: 7 octobre. 190€

Des sorties dans des sites, des situations créatives donnent l'occasion de "prises de notes dessinées" et d'esquisses. Elles sont ensuite exploitées en salle au niveau du point de vue, de la composition, du trait et de la couleur.

*Animé (en alternance)  
par Gildas Chasseboeuf et Briac*

### VILLÉGIATURE ET CARNET DE BALADE À ST-JACUT-DE-LA-MER

21-22 mars, du samedi matin  
au dimanche après-midi. 200 €

Les amateurs seront comblés par une presque inépuisable en ressources. Saint-Jacut : des paysages et un horizon sublimes, des sentiers à arpenter avec sans cesse des occasions de croquer dans son carnet, un hébergement en pension complète à l'abbaye, et toujours l'œil expert et plein d'humour de l'ami Gildas.

*Animé par Gildas Chasseboeuf*

## Faire entendre

### LIRE ET DIRE À VOIX HAUTE

10 séances de 18h30 à 20h30  
1<sup>re</sup> séance : 22 septembre. 190€

La mise en voix de textes est un moyen de s'approprier de façon approfondie une œuvre et son auteur. Elle offre aussi l'opportunité de faire de son corps, son souffle, sa voix, un moyen d'interprétation et par là une forme de découverte de soi. Le choix des textes se fera à l'initiative de l'animatrice et/ou des participant-e-s.

*Animé par Venda Benes*

### SUR LES TRACES DE MAX JACOB À QUIMPER

8-9 mai 2026, corvoiturage depuis Saint-Brieuc,  
200€ (hébergement et petit-déjeuner compris)

Max Jacob (1876-1944) est né et a grandi à Quimper. En un week-end, les participants remonteront le temps pour découvrir les lieux qui ont compté pour lui. Plus largement, ils prendront la mesure de l'influence profonde et ambivalente qu'a eue la Bretagne, ses paysages, sa culture, dans son œuvre. Cette démarche artistique d'interprétation se déploiera par le biais de la lecture à voix haute.

*Animé par Frédéric Grosche*

# Week-ends avec des écrivains

## AVEC BENJAMIN MILAZZO, POÈTE

---

17-18 janvier 2026,  
Samedi 9h-12h30 et 13h30-16h30,  
dimanche 9h30-13h  
110 €

Nos rêves bouleversent notre rapport au monde sensible et notre perception de la réalité. Ils nous imposent de nous confronter à nos propres limites, qu'eux franchissent aisément. Nous chercherons à matérialiser à l'écrit et par la voix le rapport que nous entretenons à nos rêves dans le spectre des possibles, entre désir, incompréhension, frustration et frayer.

## AVEC JULIETTE ROUSSEAU, ROMANCIÈRE

---

21-22 mars 2026,  
Samedi 9h-12h30 et 13h30-16h30,  
dimanche 9h30-13h  
110 €

Écrire avec le corps et la terre. Autrice engagée, Juliette Rousseau publie des essais et des textes puis un premier roman en 2022. En 2024, son dernier ouvrage: *Péquenaude*, aux éditions Cambourakis explorait la ruralité et sa relation au territoire.

## AVEC CAROLINE HINAULT, ROMANCIÈRE

---

07-08 février 2026  
Samedi 9h-12h30 et 13h30-16h30,  
dimanche 9h30-13h  
110 €

Écrire à l'écoute de nos sensations pour découvrir ou redécouvrir ce que les mots déclenchent en nous. Caroline Hinault a reçu le Prix Michel Lebrun en 2021 pour *Solak* aux éditions du Rouergue. Son dernier livre est paru en 2024 : *Traverser les forêts*, aux éditions du Rouergue.

## AVEC ELLA BALAERT ROMANCIÈRE ET POÈTE

---

29-30-31 mai 2026, 9h30-12h30  
et 13h30-16h30, à la Villa Rohannec'h,  
220€

On attribue à Éluard d'avoir écrit qu'il n'y a pas de hasard, il n'y a que des rencontres. Mais dira-t-on jamais assez combien la rencontre avec l'Autre est riche de potentialités ? Qu'elle soit amoureuse ou sportive, fortuite ou organisée, qu'elle mette en présence des personnages, leurs âmes, leurs cultures, leurs corps, ou qu'elle fasse dialoguer des arts, qu'elle installe sur une table de dissection un parapluie et une machine à coudre, comme Lautréamont puis Agnès Varda le proposent... Il y a tant à écrire, inventer, raconter, chanter, sur ce que provoque et précipite une vraie Rencontre.

# Aventures particulières

## LA NUIT GRIFFONNE

*Vendredi 21 novembre, 18h30-00h*  
50€

La soirée commence à 18h30. Cheminement dans la ville en différents lieux propices, jusqu'à minuit. A chaque halte une offre d'écriture, souvent facétieuse toujours simple. Aucun savoir-faire particulier n'est requis, se laisser porter par l'ambiance nocturne. Repas (à petit prix non inclus) en commun sur le parcours, dans un endroit évocateur. Restitution en invitant les amis, le lendemain samedi de 11h à 12h.

*Guidé par Clotilde de Brito*

## EN ÉCHO À UN SPECTACLE

*Le coût du spectacle au tarif collectivités  
+ 15€ à la séance d'atelier. On peut ne  
s'inscrire qu'à un spectacle et un atelier.*

Quatre spectacles ont été choisis avec La Passerelle dans son programme. Chaque spectacle suscite l'invention d'un atelier d'écriture en dialogue avec l'œuvre. A vivre quelques jours après la représentation. Titres et dates à retrouver sur le site [3motsdeplus.com](http://3motsdeplus.com)  
Atelier gratuit de 2h avec un grand nom de la littérature pour les six premiers inscrits au cycle complet.

*Animé par Michel Guyomard*

# Porter son projet le plus loin possible

## EXPERTISE DE TEXTES

*Séquence d'1h30. 50 €.*  
*Devis pour un suivi. Sur rendez-vous.*

Un avis est donné sur un texte en cours, ainsi que des pistes éventuelles de réécriture. Ou sur la préparation d'un texte dans sa phase avant publication. Échange en visio ou en présentiel.

## DÉVELOPPER UN PROJET PERSONNEL

*A planifier sur l'année : 3 matinées collectives  
de 3h le samedi, 3 journées d'écriture continue  
en présence de l'animateur. Deux séances  
individualisées de 2h. 250 €. Pour 6 personnes  
maximum. 1<sup>er</sup> rdv : 4 oct. 9h30.*

Un texte auquel on sent que l'on peut donner un développement, un écrit long en cours, une somme d'écrits finie à laquelle on cherche un devenir... Chaque écrivain·e envisageant un projet personnel se situe à un stade singulier. Il s'agit alors que le texte prenne de l'ampleur ou se structure et passe par différentes étapes de réécriture. L'expérience acquise après 40 livres accompagnés et publiés, permet de répondre à la diversité des approches.

*Animé par Michel Guyomard*

## Les conditions générales d'inscription

En vous inscrivant à un atelier, vous reconnaissez avoir accepté les conditions d'inscription ci-dessous.

### S'inscrire

Une réservation préalable est indispensable, y compris pour les ateliers gratuits.

L'accès aux ateliers se fait par une prise d'adhésion annuelle de 22€ pour les adultes, et 11€ pour les jeunes jusqu'à 17 ans. Cette adhésion qui comprend une garantie d'assurance, permet de prendre part à la vie de l'association, et à ses instances participatives (dont l'assemblée générale).

L'inscription à un second atelier régulier donne droit à une réduction de 20% sur l'atelier le moins cher (hors week-ends).

Le règlement se fait sur place le premier jour de l'atelier. L'encaissement de l'inscription peut être effectué en 3 fois en oct., janv. et avril. Le paiement unique ou échelonné doit être entièrement réglé lors de la première séance (tous les chèques sont à dater du jour d'émission, et non pas à la date prévue du retrait).

L'engagement dans un atelier est annuel, et non remboursable en cas d'interruption (sauf sur justificatif pour cas de force majeure et accord du CA).

L'inscription à un week-end peut être réglée par correspondance à : 3motsdeplus, 4 rue Félix Le Dantec 22000 Saint-Brieuc. L'inscription est effective à la réception du paiement. Pour tout dédit 15 jours avant la date d'un week-end, le montant est entièrement dû.

### Publics concernés

Les ateliers sont accessibles à tous publics adultes et jeunes à partir de 12 ans. Ceci sans compétences préalables requises.

### Comment choisir un atelier

Il est recommandé aux nouveaux participants, de passer par l'atelier « Comment commencer ».

Nous pouvons vous conseiller sur l'atelier qui vous conviendra le mieux en fonction de votre recherche, par téléphone ou lors des séances gratuites de découverte (septembre).

Un-e écrivain-e peut évoluer dans un parcours sur plusieurs années. Ce programme offre des étapes de formation cohérentes : Prendre goût, réfléchir à sa pratique, s'installer sur la durée, se confronter à l'expérience des écrivains, aller vers un projet personnel.

### Organisation de l'atelier

Les groupes sont de 8 à 10 personnes maximum. Les ateliers réguliers sont mensuels, sur 10 séances de 2h ou 8 séances de 2h30, de septembre à juin. Les week-ends sont, sauf exception, de 9h.

Des cycles de journées et des propositions plus ponctuelles d'une demi-journée, complètent l'offre.

Les jours et heures peuvent être aménagés avec le/la responsable de l'atelier, lorsque le groupe se sera formé et réuni une première fois. Le calendrier des séances est défini en commun, et adapté si nécessaire en cours d'année.

### Les lieux d'activités

Les ateliers se déroulent en deux lieux de Saint-Brieuc : la Maison Départementale des Associations, rue Colette-Besson (en face de la Villa Carmélie) ou à la Bibliothèque d'Heather à l'Espace Curie, 4 rue Félix-Le-Dantec. Plusieurs autres lieux et sites briochins sont investis ponctuellement par l'association selon la nature de ses manifestations.

## Contacter et suivre l'association

### 3motsdeplus

4 rue Félix Le Dantec  
22000 Saint-Brieuc  
3motsdeplus@gmail.com  
Tél. 06 77 68 56 72

### Pour en savoir plus

sur les activités de 3motsdeplus, consultez le site internet : 3motsdeplus.com

Pour suivre l'association au quotidien :

Facebook : "Écrire en Armor"  
Instagram : "3motsdeplus"

Les programmes de l'association bénéficient du **soutien** de la Direction Régionale des Affaires Culturelles (DRAC Bretagne), le Ministère chargé de la Ville (politique de la Ville), du Conseil Régional de Bretagne (FDVA 1), de la Ville de Saint-Brieuc.

Appel à candidature

Nouvelle session

## SE FORMER À L'ANIMATION D'ATELIERS

3MOTSDEPLUS ouvrira en janvier 2026, une nouvelle session de formation à l'animation d'ateliers d'écriture soit 120h jusqu'en mars 2027, avec le soutien du Conseil Régional (FDVA1). Cette formation s'appuie sur l'expérience du Groupe d'Éducation Nouvelle, de 40 années de mise en œuvre d'ateliers et de projets, tant auprès des adultes qu'avec des enfants, notamment en milieu scolaire. Nous consulter sur le programme et le calendrier.