

Le théâtre, outil de lien social



PROGRAMME
du 12 au 16 Mai 2025

Lundi 12 Mai :

MISE EN ROUTE : COMMENCONS A JOUER !

Partie 1 (2H) :

- Accueil / Présentation de la formation
- Exercices pour « briser la glace » et apprendre à se connaître
- Échauffement collectif : se connecter à son corps, occuper l'espace, être à l'écoute du groupe, oser prendre la parole...
- Travail sur la confiance, la communication et la dynamique de groupe
- Se sentir à l'aise dans la prise de décision. Réagir et interagir avec le corps et avec les mots

Pause (30 minutes)

Partie 2 (1h30) :

- Le plaisir d'être sur scène : début d'un travail d'improvisation
- Feedback et discussion sur l'exercice
- Temps de détente et d'introspection / Conscience du travail effectué
- Prise de parole en fin de séance

Mardi 13 Mai :

CORPS ET ESPACE

Partie 1 (2H) :

- "Météo" du temps qu'il fait à l'intérieur de nous / parler de ce que nous ressentons aujourd'hui
- Echauffement physique et vocal / travail sur la respiration
- Utiliser l'espace avec son corps et avec les autres. Travail sur les placements et les déplacements. Prendre conscience de ses appuis, de sa posture, des personnes qui nous entourent.
- Jeux collectifs pour construire un tableau vivant, photos utilisant les « statues »
- Raconter quelque chose avec son corps par des gestes ou des postures simples

Pause (30 minutes)

Partie 2 (1h30) :

- Travail en duo et en musique autour de la confiance et de la relation aux autres / Accepter le regard de l'autre, faire tomber les barrières
- Montrer le travail en duo au reste du groupe
- Temps de retour et de réflexion
- Détente en fin de séance / Discussion finale

Objectifs

- Travailler la cohésion de groupe, la confiance en soi, en l'autre.
- Utiliser une nouvelle méthode d'expression au-delà des barrières et préjugés
- Utiliser l'Art pour valoriser les individus
- Jouer et s'amuser pour dévoiler son pouvoir créatif
- Découvrir de nouveaux moyens de communication
- Apprendre durablement à travers une expérience unique

Intervenante



AUDE MARECHAL est metteur en scène, comédienne et marionnettiste. Elle débute sa formation de théâtre et marionnette en Normandie puis à Paris où elle intègre une école. De retour dans sa région, elle crée son premier spectacle et fonde sa compagnie de théâtre : Créa.

Elle multiplie les stages et voyage à travers le monde et trouve ainsi son inspiration.

Soucieuse de partager sa passion, elle mène des projets de médiation parallèlement à ses spectacles auprès de personnes vulnérables.

Elle mène un travail à la fois très local grâce au CréaBus, salle de spectacles itinérante. Mais aussi dans le monde lors de projets, tournées et collaborations.

Contact

✉ crea.production@yahoo.fr

☎ 06 07 77 43 40

🌐 www.crea-spectacles.com

Le théâtre, outil de lien social



Mercredi 14 Mai : **VOIX ET ÉMOTIONS**

Partie 1 (2H) :

- "Météo" du temps qu'il fait en nous / parler de ce que nous ressentons aujourd'hui
- Echauffement physique et vocal / Respiration
- Contrôler sa respiration, placer sa voix, jouer avec les différentes intentions
- S'amuser avec les sons et les mots au-delà de leur sens premier
- Exercices autour des émotions avec et sans les mots, avec et sans le corps. Discussion autour de la perception des émotions selon les individus, les langues, les cultures...
- Donner vie à un texte (simple), dialoguer en s'amusant avec les intonations

Pause (30 minutes)

Partie 2 (1h30) :

- Jeux autour d'un texte simple : comprendre un texte différemment selon l'émotion et le rythme choisi. Comment donner du pouvoir aux mots ?
- Scène en duo à partir de quelques phrases d'un dialogue
- Présentation des scènes et discussion en groupe afin de les améliorer (développer son observation et son écoute)
- Faire évoluer les scènes selon les retours des autres participants.
- Temps de relaxation final
- Discussion et retour d'expérience

Judi 15 Mai : **LE THÉÂTRE D'OBJETS POUR TRANSMETTRE UN MESSAGE**

Partie 1 (2H) :

- "Météo" du temps qu'il fait en nous / parler de ce que nous ressentons aujourd'hui
- Présentation du théâtre d'objets et de l'art de la marionnette
- Échauffement collectif
- Développer l'imaginaire à partir d'un objet choisi : savoir l'observer, le décrire, lui inventer une histoire
- Détournement d'objet et relation entre acteur et objet
- Quand l'objet devient symbole et porte un message

Pause (30 minutes)



Contact

✉ crea.production@yahoo.fr

☎ 06 07 77 43 40

🌐 www.crea-spectacles.com

Le théâtre, outil de lien social



Partie 2 (1h30) :

- En duo, mise en scène d'une scénette dont l'objet est le centre. Développer le pouvoir narratif de l'objet en appui à un dialogue et au jeu d'acteur
- Présentation et retour d'expérience sur le travail
- Faire évoluer les scènes selon les retours des autres participants.
- Temps de discussion/détente

Vendredi 16 Mai :

CONCLUSION ET BILAN

Partie 1 (2H) :

- "Météo" du temps qu'il fait en nous / parler de ce que nous ressentons aujourd'hui
- Echauffement physique et vocal
- Reprise de notions déjà assimilées durant la semaine afin de voir l'évolution et le ressenti de chacun après plusieurs jours de pratique
- Croiser les exercices effectués durant la semaine avec les expériences de chacun (études, projets professionnels, vie quotidienne, perspectives pour l'avenir...)

Pause (30 minutes)

Partie 2 (1h30) :

- Temps d'évaluation individuel et collectif sous forme de jeu et de manière plus formelle
- Retour d'expérience sur le projet
- Remise des diplômes

Formation menée en anglais et en français. Nous accueillons des participants de toute l'Europe. La langue principale est donc l'anglais. Cependant, l'intervenante est française et s'adaptera aux différents profils. Il n'est pas nécessaire de maîtriser l'anglais pour profiter pleinement de cette formation.

Ce programme peut être légèrement modifié par notre équipe.

Cette formation peut être adaptée et personnalisée selon les projets et les groupes (minimum 6 participants)

Détails

Lieu : Caen ou ses environs proches (à définir)

Tarif : 400€



Contact

✉ crea.production@yahoo.fr

☎ 06 07 77 43 40

🌐 www.crea-spectacles.com