

NOS ACTIONS

- Atelier théâtre intergénérationnel
- Formation
- Projets ciblés

<https://eauxfortesetcompagnie.fr>



ATELIER THÉÂTRE

POURQUOI FAIRE ?

Nous souhaitons ouvrir un espace qui permettent la créativité et la rencontre autour d'un projet commun.

Le théâtre sera notre matière première, notre langage, mais nous nous appuierons aussi sur d'autres arts vivants : La danse, le chant, la musique, l'improvisation, la lecture...

Autant de formes inspirantes pour nourrir nos sensibilités et progresser ensemble

POUR QUI ?

Cet atelier est ouvert à toutes les générations (à partir de 11 ans) et à tous les niveaux de pratique.

PAR QUI ?

Cet atelier est animé par Audrey Tardy

VERS UNE CREATION ?

Création et représentation d'un format court de spectacle par trimestre au Rhizome (Bar associatif de la MJC Jean Macé, Lyon 7)

DEROULEMENT

L'atelier se déroulera sur **une année** de la façon suivante :

- Deux vendredis soirs par mois (18h - 20h00)
- Un samedi matin par mois (9h30 - 12h00)

Soit 3 séances mensuelles à la MJC Jean Macé (56h de pratique)

INSCRIPTION – TARIF

Inscription par email : eauxfortescie@gmail.com

Tarif : 300€

FORMATION : “Se mettre en scène”

POUR QUI ?

- Aux étudiants qui préparent un examen oral
- Aux enseignants en formation ou en poste
- A toutes celles et ceux qui se sentent concernés par les enjeux de l'oralité

Le contenu de cette formation est adapté à un collectif ou à une personne

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Reconnaître et apprivoiser les enjeux de la prise de parole
- Investir des repères corporels, émotionnels et relationnels adaptés aux situations
- Renforcer son intention
- Être capable de se « mettre en scène » pour donner force à son message
- Découvrir le plaisir de l'oralité



Dans nombre de situations, parler, exprimer le contenu de son travail à l'oral face à un auditoire nous confronte à des difficultés. Pendant des moments de vie exceptionnels (examens, conférences, discours...) ou quotidiens (enseignement) nous pouvons être dépassés par des enjeux entremêlés qui nous mettent en échec. Nous constatons que nous sommes peu ou pas du tout préparés à ces épreuves. Pourtant ces "rendez-vous" avec l'expression font partie de nos vies et agissent profondément sur notre parcours scolaire et plus largement sur notre vie professionnelle.

A travers cette formation nous proposons de découvrir ou redécouvrir les mécanismes à l'œuvre dès lors que je m'exprime en public.

LES 3 AXES DE TRAVAIL

- Prendre la parole – **un acte physique**
- Prendre la parole – **un acte relationnel**
- Prendre la parole – **un acte créatif et puissant**

PRENDRE LA PAROLE – UN ACTE PHYSIQUE

Prendre la parole c'est d'abord un acte physique dans lequel nous nous engageons.

Nous travaillerons à investir des appuis corporels et relationnels pour comprendre comment la parole s'inscrit dans une circulation d'informations plus globale de nature physique.

Nous observerons et expérimenterons des repères et des "moteurs internes" : adresse, attention, préparation, engagement, silence, voix, résistance, ancrage, intention, freinage, direction, circulation, résonance, regard, perception, condensation et expansion, fluidité, rythme, jeu...

Se donner un langage commun, mais surtout ralentir et ouvrir nos perceptions nous permettent de déplier ensemble ce qu'est une "situation d'oral" et les grandes dynamiques corporelles et relationnelles qui s'entrecroisent à l'intérieur.

Ces exercices seront basés sur le collectif. L'objectif est de rompre avec la situation dans laquelle la personne est seule face à tous sans préparation. Le deuxième objectif est de créer un groupe soutenant et conscient.



PRENDRE LA PAROLE – UN ACTE RELATIONNEL 1/2

Une fois ces repères corporels apprivoisés nous allons les mettre au service de la relation. De fait, lorsque je m'exprime face à un auditoire, je tisse une relation. J'agis en permanence sur la qualité de cette relation et la qualité de cette relation agit en permanence sur moi. Explorer ce « jeu » relationnel et savoir s'en saisir est essentiel.

Souvent nous souhaitons éviter la relation par peur de « perdre le fil » de notre discours. Nous devenons robotiques et nous nous coupons de nos sensations pour rester concentrés sur notre discours comme s'il était prononcé dans le vide. C'est la peur d'être trop déstabilisé par la relation qui nous pousse à nous renfermer sur nous-même. Cette réaction accentue l'inconfort de l'orateur.

Petit à petit, le rythme se perd, les tics de langage apparaissent et s'amplifient, le stress empêche la respiration, la diction s'affaiblit, et parfois même nous ne pouvons plus transmettre le contenu de notre travail.



Pour travailler cette relation regardant-regardé, écoutant-écouter, il nous faut cesser de chercher la stabilité ou le confort, et entrer consciemment dans le jeu mouvant des relations : « Je suis regardé » et « je regarde », « je suis écouté » et « j'écoute ». S'inscrire dans un échange permet d'alléger considérablement les enjeux périphériques et de mettre notre énergie au service de l'intention. Quelle est mon intention ? Comment l'exprimer ?

PRENDRE LA PAROLE – UN ACTE RELATIONNEL 2/2

Nous proposons d’explorer différentes situations par le jeu.

En effet, souvent, une notion de « sérieux » s’attache automatiquement à l’idée de prendre la parole en public. Il faut paraître sérieux au risque de nuire à la force de notre message.

Nous passerons du temps à nous défaire de cette idée-là, en nous jouant de tout, en passant par tous les rôles : Celui qui bafouille, celle qui en fait trop, celui qui n’a pas de contenu, celle qui répète toujours les mêmes mots.... Et plus globalement, jouer les dominants, les dominés, jouer à réussir ou à échouer.

Nous nous appuyerons sur l’art du jeu comme d’une manière d’entrer en relation consciemment et d’accéder au plaisir de l’oralité. Tout au long de ces exercices, notre gamme d’outils corporels sera sollicitée et approfondie.

Les objectifs de cette théâtralisation sont :

- Accepter de se mettre en scène
- Explorer la diversité de nos potentiels
- Prendre appuis sur le présent
- Se surprendre
- Donner force à son message



PRENDRE LA PAROLE – UN ACTE CREATIF ET PUISSANT

Le troisième axe est celui de la créativité et de la puissance de la parole. Lorsque que nous exprimons à l'oral nous convoquons notre propre imaginaire et celui des auditeurs. En effet le sujet que nous défendons doit « apparaître » dans ses divers aspects à l'esprit des auditeurs. Il ne suffit donc pas de faire entendre des mots, il faut sentir que ces mots portent des images, et qu'ils nous racontent une histoire.



Nous travaillerons à développer et à relier ces trois pratiques :

- Eveiller l'imaginaire
- Observer le réel
- Mobiliser la mémoire

De fait ces trois états s'entrecroisent lorsqu'une personne fait une présentation orale.

Notre créativité et celle de l'auditoire est stimulée sans cesse par les liens que nous tissons entre la réalité du sujet et de la situation et l'imaginaire qui surgit.

Le message gagne en singularité et en force lorsque qu'on ose s'appuyer sur son potentiel créatif.

POURQUOI FAIRE ?

Nous intervenons à “la demande” sur des projets ciblés afin de répondre à vos besoins.

Le théâtre est un outil extraordinaire pour enrichir la qualité de notre lien à l'autre, à nous même, et au monde. Les projets "ciblés" répondent à ce désir d'utiliser la ressource du jeu et de la création théâtralisée pour accompagner les personnes dans leur parcours, dans leur besoin et dans leur créativité.

NOS EXEMPLES D' ACTIONS

Nous accompagnons :

- des jeunes en situation d'handicap
- des lycéens en difficulté à l'oral
- des jeunes en situation de décrochage scolaire
- des séniors résidents d'EPA
- des lycéens en option théâtre

INFORMATION

Si vous souhaitez davantage d'information, vous pouvez nous contacter via la rubrique Contact ou par email à eauxfortescie@gmail.com

