



# OSER SON EXPRESSION SOUS TOUTES SES FORMES

Atelier Écriture et Théâtre

Animé par l'artiste coach Jeannine

1 journée complète – 10 personnes maximum

Rencontre humaine et artistique

Expérience collective et enrichissement personnel

Écouter, Échanger, S'exprimer

Cet atelier écriture et théâtre a pour objectif de permettre à chacun et chacune d'entre nous de découvrir le plaisir de créer et de jouer.

Venez vivre une aventure théâtrale hors du commun avec une dizaine d'autres participants au maximum, afin de vivre une expérience réellement personnalisée.

Que vous soyez totalement débutant ou plus averti, le climat de bienveillance et de respect mutuel de cet atelier vous donnera l'opportunité d'exprimer votre potentiel créatif, votre capacité de communication et de vous approprier des notions de la représentation théâtrale.

## DÉROULÉ DE L'ATELIER :

~ Cercle de paroles avec les attentes et objectifs de chacun

~ Construire une équipe dans la bienveillance et l'écoute

Pour créer ensemble, nous allons « faire équipe » : apprendre à nous connaître, à nous exprimer les uns devant et avec les autres, à nous écouter, à nous raconter, à échanger...à nous faire confiance.



~ Créer : Choisir l'histoire qu'on a envie de mettre en scène, la construire ensemble, donner une réalité et une identité aux personnages, héros de cette histoire (improvisations, choix du registre et de l'univers, apprendre à construire une histoire et des personnages)

~ Jouer :

- Travail sur le corps (occupation de l'espace, se servir de son corps pour exprimer ses émotions, les gestes signifiants, les attitudes éloquentes, les démarches expressives, ...)
- Travail sur la voix (respiration, tonalité, silences, etc.)
- Travail sur le rapport à l'autre dans le jeu
- Mettre en scène

~ Préparation du plan individuel d'actions et bilan de la journée

Pour aller encore plus loin et approfondir le travail intégré lors de cette expérience d'une journée, Vaniya Events vous propose de vivre une semaine complète de stage de représentation théâtrale pour apprendre à mieux vous connaître ainsi que les autres, à vous affirmer et savoir prendre votre place, avoir confiance en vous et aller toujours plus loin dans vos objectifs de vie.

Pour plus d'infos, contactez [helene@vaniya-events.com](mailto:helene@vaniya-events.com)