

Stage de pratique théâtrale

Animé par la Compagnie de l'Encre

- **Date, durée** : 2 journées, 10h-18h.
Samedi 2 juin et dimanche 3 juin 2018.

- **Lieu** : Ormes (Loiret), salle François Rabelais, annexe n°3.

- **Enjeux généraux du stage** :

Découvrir et/ou pratiquer le théâtre dans une optique de transférabilité des compétences et savoir-être de la scène à la vie courante ou professionnelle.

- **Objectifs** :

- Découvrir le **travail du comédien** et la pratique du jeu sur le plateau. Mesurer et apprécier la **diversité des théories de l'art de l'acteur**. Comédien sensible / comédien insensible.
- Améliorer son **rapport à l'autre** : écoute, confiance en l'autre, mise en relation, coopération, complémentarité.
- **Travailler en groupe** dans une logique de **cohésion**.
- Apprendre à identifier les symptômes du **stress** et à les gérer efficacement. Savoir mettre en place des **exercices simples et efficaces pour diminuer le stress** (trac). **Distinguer le bon stress** moteur **du mauvais** stress handicap.
- Apprendre à **utiliser sa voix** en situation de communication publique : diction, débit, projection, mélodie, volume. **Connaître les ressorts et limites de sa voix** : tessiture.

- Savoir **mettre en accord le discours verbal, la voix et le langage corporel**. Prendre conscience de leur adéquation ou de leur discordance et des effets.
- **Gagner en confiance en soi** et travailler **la prise d'initiative**.
- **Identifier sa mémoire dominante** pour améliorer ses capacités de mémorisation.
- Parfaire sa **concentration**. Savoir pratiquer des exercices qui développent les capacités de mémorisation.
- **Développer son imaginaire, sa créativité**, sa fantaisie.

➤ **Activités** :

- Exercices d'**échauffement** : corps, voix, souffle.
- Exercices de **relaxation** et de décontraction.
- Exercices de **diction, d'articulation, de projection** de la voix, de **variation mélodique**.
- Exercices de **concentration** et de **mémorisation**, en solo ou en groupe.
- Exercice de **cohésion**.
- Exercice d'**occupation de l'espace**.
- Exercices sur les **émotions** : ressenties et/ou provoquées.
- **Improvisations** variées sur le plateau.

➤ **Public visé : tout public adulte**. Sont bienvenus les débutants ainsi que les personnes ayant déjà une pratique théâtrale non confirmée ou non régulière.

➤ **Tarif : 45 euros** pour les deux journées complètes. Paiement par chèque, à l'ordre de la compagnie de l'Encre. Les déjeuners seront partagés et chaque participant apportera « un petit quelque chose » à boire ou à manger... Paiement sur place, au début du stage.

➤ **Nombre de places limité : 16 participants au maximum**. **Inscriptions indispensables** sur le site de la compagnie : compagniedelencre.fr

