

Atelier de théâtre et d'expression corporelle

Au théâtre, l'improvisation est l'acte le plus novateur et le plus imaginaire. Il fait, sans conteste appel à des qualités d'interprétation et des richesses inventives extrêmement fécondes pour la compréhension de ce qu'est intrinsèquement le théâtre.

Le théâtre est un art de relation : relation à soi, aux autres partenaires. Pour vivre au mieux les bonheurs liés à ces relations, il est nécessaire de se débarrasser non seulement de certaines inhibitions mais, plus encore, de certains clichés bloquant l'imagination. Mais on ne peut pas improviser comme cela, de but en blanc. Il faut se préparer, ordonner les énergies, affiner ses perceptions, préparer le corps...

Ce parcours passe par :

- Le corps comme outil performant et instrument de travail
- L'espace comme axe d'inscription des gestes et des relations
- La voix et la respiration comme moyens pour dénouer les tensions et à apprendre à communiquer avec soi et les autres
- Le contact et l'écoute comme lieux de rencontre avec l'autre
- La relaxation comme outil de détente et moyen d'oublier le stress du jeu
- Les jeux dramatiques comme point d'orgue !