

# Les Ateliers « Arts de la Scène »

## Objectif : se familiariser avec la Scène par

La Comédie, la Voix parlée et chantée, la Prise d'espace,  
la Créativité avec la mise en pratique

### Le mot de Cécile

Mon expérience de la Scène pendant de nombreuses années et ma connaissance des bienfaits sur l'enrichissement personnel qu'elle procure, ont mis en évidence la création de ces Ateliers «Arts de la Scène».

Chaque atelier est alimenté par des exercices mais aussi et surtout de la mise en pratique.

Pour la comédie, des sketches ou des minis scénettes.

Pour la Chant, des solos, duos, des chansons en groupe ou des tableaux chantés.

La bonne humeur et la bienveillance sont de rigueur.

Quel bonheur de voir d'un participant découvrir ses talents, son potentiel et de reprendre confiance en lui.

L'important est que chacun(e) vienne avec ce qu'il(elle) est et ses envies... je me charge du reste !

### La Comédie

Permettre à chaque participant d'exprimer ce qu'il a en lui, lui apprendre par mimes (utilisation du corps), impros (utilisation de sa spontanéité et de sa créativité), d'incarner des personnages, de jouer des situations, de transmettre ses émotions en les canalisant et en faire une force. Ainsi développer son jeu.

### La Voix

Qu'elle soit parlée ou chantée, la Voix mérite le meilleur placement. Pour une voix plus sûre, stable et projetée il est indispensable d'acquérir

#### - les notions physiologiques de base

identifier les paramètres de la voix, comprendre comment fonctionne son corps instrument pour mieux l'utiliser

#### - la posture... des pieds à la tête

adopter une posture naturelle, confortable, localiser les zones d'efforts, de confort et libérer les tensions physiques, renforcer ses appuis, un meilleur ancrage pour un bon aplomb, poser son regard

#### - la respiration

abdominale / costale, relation air / son, comprendre l'importance du souffle libérer ses tensions émotionnelles, physiques

#### - le placement, la prononciation, la projection,

faire partir sa voix du bon endroit et ainsi gagner en résonance, en puissance avec des sons justes et clairs pour une meilleure compréhension et projeter une voix qui nous ressemble.

### La prise d'Espace

Apprendre à me déplacer sur un espace scénique, évoluer seul(e) avec l'autre / les autres et prendre ma place.

### La Créativité

Par des propositions en impro, écriture, personnage, jeux de scène,

### La Mise en Pratique

Par des jeux, sketches, solos, duos, tableaux chantés avec pour objectif de préparer un show



Contactez Cécile

au 06 32 06 39 88

ou à [cecile-tcap@gmx.fr](mailto:cecile-tcap@gmx.fr)