



# IMAGINAIRE COMPAGNIE

*Les pieds sur scène, la tête dans les nuages...*

## ATELIERS

# SAISON 2023/2024



ASSOCIATION IMAGINAIRE COMPAGNIE

133 rue Roger SALENGRO - 59260 HELLEMES-LILLE

06 60 41 89 62

[imaginairecompagnie@gmail.com](mailto:imaginairecompagnie@gmail.com)

[www.imaginairecompagnie.fr](http://www.imaginairecompagnie.fr)





# SOMMAIRE

Horizons artistiques de l'association	page 3
Les ateliers (en quelques mots)	page 4
L'atelier _découverte de soi par le théâtre_	page 5
L'atelier _découverte de soi par l'impro_	page 6
Objectifs des ateliers	pages 7 à 9
Déroulé d'une séance type	page 10
L'intervenante	page 10
Informations pratiques	page 11



*Imagine... le boulevard*

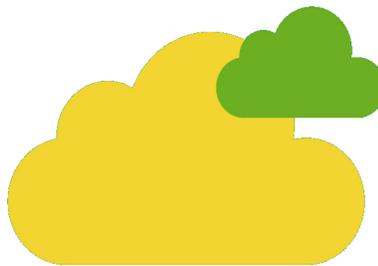
Kursaal, le 4 juin 2023



*Performance d'impro (au profit de Sock en Stock)*

Le 133, 6 mai 2023

# HORIZONS ARTISTIQUES



« Imaginaire Compagnie » est une association (loi 1901) qui a pour but de développer toutes sortes d'activités, de projets, d'actions ou d'animations relevant de tout type de domaines artistiques et culturels, et ce, pour tous types de structures :

- associations
- établissements scolaires
- entreprises
- particuliers
- structures d'accueil personnalisées (EPHAD, IME, Hôpitaux de jour, etc...).

L'association propose également des ateliers pour tous publics, dans le souhait d'une ouverture sociale et culturelle, à la fois humaniste et bienveillante.

Ces activités sont **ACCESSIBLES à TOUS** et ne nécessitent aucune expérience artistique préalable. **Les débutants de tous âges<sup>(1)</sup> sont les bienvenus !**

Les domaines d'activités de l'association « Imaginaire Compagnie » sont **multiples** :

## Théâtre

Tous les styles peuvent s'inviter : contemporain, patoisant, classique, etc...

- Atelier « découverte de soi par le théâtre »
- Atelier « découverte de soi par l'impro »
- Stage « découverte de soi par l'impro »

## Écriture

- Atelier « découverte de soi par l'écriture »
- Stage « Ecris ton théâtre ! »
- Écriture théâtrale, écriture de soi et pour soi (récits de vie)
- Écriture de l'imaginaire (contes, nouvelles, fables)



## Marionnettes et théâtre d'objets

- Découverte et rencontre avec les marionnettes : manipulation, relation, émotions à transmettre
- Écriture et création d'histoires extraordinaires avec des objets ordinaires
- Mise en scène de ces histoires : créer du lien entre soi et les autres grâce à la marionnette, à la manipulation d'objets
- Donner vie aux objets manipulés en libérant l'expression de chaque participant de l'atelier (travail sur la voix, les émotions, le regard)

## Clown

- Faire naître en douceur le clown qui est en chacun de parcourant un chemin à la fois personnel, intime et artistique, au cours d'un stage « découverte de soi par le clown »
- Un chemin à parcourir ensemble, dans la bienveillance et dans l'écoute de soi et des autres

## Théâtre de rue

- Découverte et apprentissage des techniques spécifiques au théâtre de rue

## Vidéo

- Utiliser l'image sous toutes ses formes afin d'aiguiser son regard sur le monde, sur l'espace qui nous entoure
- Découvrir l'enjeu d'être devant une caméra

(1) à partir de 18 ans



# LES ATELIERS

*(en quelques mots...)*

*Vous utilisez un miroir pour voir votre visage. Utilisez des œuvres d'art pour voir votre âme.  
George Bernard Shaw*

IMAGINAIRE

COMPAGNIE

L'atelier  
« **DÉCOUVERTE DE SOI  
PAR LE THÉÂTRE** » donne

l'occasion de réveiller le comédien qui sommeille en chacun de nous, dans une ambiance bienveillante. Jouer à être quelqu'un d'autre, tout en restant soi-même... Et surtout, durant la saison, choisir de participer (ou pas !) aux restitutions publiques...

Avec l'atelier  
« **DÉCOUVERTE  
DE SOI PAR L'IMPRO** »,

on entre progressivement dans l'univers du théâtre d'improvisation en créant des personnages, en améliorant son écoute et le lâcher-prise, tout en inventant de belles histoires.

L'impro, une aventure renouvelée à l'infini !

... et aussi...

des  
ATELIERS  
INDIVIDUELS &  
des STAGES !

# L'ATELIER DÉCOUVERTE DE SOI PAR LE THÉÂTRE

*Je suis très timide... C'est peut-être pour ça aussi que j'aime faire du théâtre... Parce que je sors de moi-même. Je suis autre quand je fais du théâtre. Et dès le rideau tombe, je suis réduite à moi-même. On me dit « souris, souris, salue le public ! ». Là, je tombe des nues. Là, tout d'un coup, je redeviens Françoise Fabian, timide, dans la vie.*

Françoise FABIAN interviewée par Rebecca Manzoni, le 27/03/2011  
Emission « Eclectik » sur France Inter

L'axe artistique principal qui guide cet atelier est essentiellement **l'expression théâtrale**.

L'espace du théâtre est un lieu où chaque instant est éphémère et « volatile » : un moment de théâtre s'envole aussitôt qu'il a été créé... Impossible de retenir le temps et encore moins de revenir en arrière, pour corriger, pour refaire, pour essayer de nouveau : Daniel Mesguish parle de « l'Éternel éphémère ». On recommence, on rejoue mais jamais à l'identique...

Participer à une activité « théâtre », c'est aussi accepter de se mettre en scène, de se montrer aux autres tel qu'on est (ou peut-être, tel que l'on voudrait être...). C'est aussi, et d'une certaine manière, se lancer à soi-même un défi de tous les instants tout en tenant compte de ses éventuelles résistances. Il s'agit ici pour chacun(e) d'identifier les freins éventuels liés à l'expression orale face à un public. Dans l'atelier « découverte de soi par le théâtre », l'intervenante fait en sorte d'être à l'écoute des participants : elle prend en compte leurs demandes, leurs propositions et reste consciente des obstacles éventuels à franchir... Également, l'intervenante fait émerger les qualités de chaque participant tout en le rassurant et en l'incitant à dépasser ses propres limites en toute bienveillance...



Pour celles et ceux qui le souhaitent, il sera possible de participer au cours de la saison 2023/2024 à des restitutions publiques sous forme de « scènes ouvertes ».

Au cours du premier trimestre (de septembre à décembre 2023), et préalablement à ce travail mené collectivement, il sera demandé aux participants de l'atelier de préparer un monologue ou un dialogue de courte durée issu d'une pièce de théâtre. Mais ce texte pourra être aussi extrait d'un roman, d'un poème, d'une séquence d'un film ou de tout autre type de texte littéraire (ou non).

Seule contrainte : le texte choisi le sera dans le thème choisi pour cette saison : « le cinéma ».

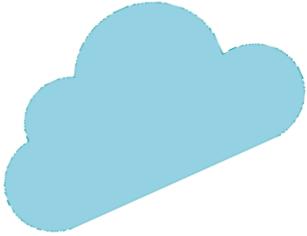
Dès le début de saison, les participants de l'atelier « découverte de soi par le théâtre » axeront leur travail autour du thème commun, celui du cinéma.

**Le projet théâtral commun de fin de saison aura donc pour titre « Imagine... le cinéma ! ».**

Pour mémoire, voici les thèmes choisis au cours des saisons précédentes :

"T'es fatigante Nicole !" (saison 2014/2015), "Imagine... la famille" (saison 2015/2016),  
"Imagine... l'entreprise" (saison 2016/2017), "Imagine... les voisins" (saison 2017/2018),  
"Imagine... le bistrot" (saison 2018/2019), "Imagine... les voyages" (saisons 2019/2020 et 2020/2021),  
"Imagine... le jardin" (saison 2021/2022) & "Imagine... le boulevard" (saison 2022/2023)

# L'ATELIER DÉCOUVERTE DE SOI PAR L'IMPRO



*On fait du théâtre parce qu'on a l'impression de n'avoir jamais été soi-même et qu'enfin, on va pouvoir l'être..*

Louis Juvet

A partir de techniques d'improvisations réinvesties au cours des performances, l'atelier "découverte de soi par l'impro" permet aux comédiens de s'essayer au théâtre d'improvisation en faisant appel à leur imagination et à leur créativité. Ici, plus de textes "imposés" !

Le comédien se doit "d'inventer" lui-même les dialogues à partir de situations données et de contraintes liées entre autres aux thèmes et aux catégories. L'écoute, l'acceptation et l'innovation permettent au comédien, débutant ou expérimenté, de partir à l'aventure du théâtre d'improvisation tout en travaillant sur la construction narrative. Il s'agit d'imaginer ensemble une histoire en étant le plus réaliste et le plus sincère possible.



Tout au long de l'année, les participants de l'atelier "découverte de soi par l'impro" explorent les multiples facettes du théâtre d'improvisation.

Dans un premier temps, ils découvrent, de manière ludique, les principes de l'improvisation : « accepte ! » - « écoute ! » - « anime » - « amuse-toi ! », etc...

Apprendre à structurer la narration fait partie également des fondamentaux du théâtre d'improvisation. Tout en continuant d'améliorer ces fondamentaux, les participants s'initient aux multiples catégories du théâtre d'improvisation. Une exploration du monde des émotions permet de donner du corps à chaque scène improvisée. Et dans cette exploration sans cesse renouvelée du théâtre d'improvisation, l'intervenante donne l'occasion à chacun de découvrir que sommeillent en lui de nombreux personnages.

Cet atelier, au fil des séances, permet de construire des scènes improvisées de plus en plus longues et de mieux en mieux structurées, tout en s'obligeant à un véritable travail d'analyse. L'éventail de ces différentes techniques permet de gagner en souplesse dans le jeu théâtral, atout indispensable pour un comédien. Afin de guider les participants dans cette progression, l'intervenante remettra à chacun, en début d'année, un document résumant les notions et les principes de base du théâtre d'improvisation.

Pour celles et ceux qui le souhaitent, il sera possible de participer, tout au long de la saison 2023/2024, à des scènes ouvertes et à des performances d'impro au profit d'associations à but caritatif. Pour cette saison, il est prévu un match avec une troupe extérieure...

**Le samedi suivant planning de 14h00 à 19h00**

**23 septembre, 21 octobre, 18 novembre et 16 décembre 2023  
13 & 27 janvier, 10 février, 16 & 30 mars, 13 avril, 18 mai, 8 & 22 juin 2024**

# LES OBJECTIFS DES ATELIERS-1

DÉCOUVERTE DE SOI PAR LE THÉÂTRE / DÉCOUVERTE DE SOI PAR L'IMPRO

*Rien n'est plus futile, de plus faux, de plus vain, rien de plus nécessaire que le théâtre.*  
Louis JOUVET

Au-delà d'une simple succession d'exercices, l'atelier « découverte de soi par le théâtre » donne aux participants l'occasion de (re)découvrir leur corps en mouvement, de s'approprier l'espace de jeu, de mieux maîtriser leur voix, d'entrer progressivement dans la dynamique d'un groupe, de se connaître soi-même et de découvrir les autres, de prendre plaisir à être...

Etre là, ici et maintenant.

## Les exercices s'orientent autour des objectifs suivants :

### \* ÊTRE SOI-MÊME AVEC LES AUTRES

*Ce que nous attendons tous du théâtre, c'est la révélation de cet autre qui gît au plus profond de nous-mêmes [...] et cependant inconnu. Et c'est cet inconnu qui veut sans cesse dépasser ses frontières personnelles, crever l'opacité de cette carapace qui nous sépare du monde. Si le théâtre se tient tout aussi éloigné de la facilité [...], il peut être une passerelle dans cette coupure originelle entre le sujet et le monde, entre le monde et nous-mêmes.*

Laurent TERZIEFF

- **Mieux se connaître**, s'épanouir dans le groupe, grâce au groupe : instaurer un autre rapport à soi
- **Prendre conscience de soi-même** par le regard des autres sur soi
- **Accepter le regard des autres** sur soi : accepter d'être regardé...
- Accepter de **se dévoiler aux autres** et à soi-même



### \* GÉRER SON STRESS

*Le théâtre est le premier sérum que l'Homme ait inventé pour se protéger de la maladie de l'Angoisse.*

Jean-Louis BARRAULT

- Diminuer et **gérer le stress** : l'accueillir, l'identifier
- Apprivoiser ses **tensions**, identifier ses appréhensions
- Vaincre éventuellement sa timidité

### \* BOUGER

*Ce qui bloque le plus le monde aujourd'hui, c'est la parole. Il ne faut donc pas commencer avec la parole, les idées, mais avec le corps. Le corps libre est le premier pas.*

Peter Brook

- Connaître son **corps** : redécouvrir ou découvrir le mouvement avec son corps, faire en sorte que le corps devienne un instrument de créativité
- Apprendre à **se déplacer** et à se situer dans l'espace du lieu scénique
- Donner les moyens à son corps de se **relaxer**

# LES OBJECTIFS DES ATELIERS-2

DÉCOUVERTE DE SOI PAR LE THÉÂTRE / DÉCOUVERTE DE SOI PAR L'IMPRO

## \* ÉCOUTER, REGARDER

*Regarder, c'est être peintre. Souffrir, c'est être poète. De l'union de la plastique et de l'âme, on peut faire naître le plus bel art vivant intégral : le théâtre.*

Henry BATAILLE

- Etre attentif, **se concentrer**
- Ecouter **soi-même et les autres**
- Développer ses **facultés de perception**

## \* RESSENTIR

*Le théâtre... une manière de faire sortir de chacun ce qui, sans cette occasion, resterait caché.*

Peter Brook

- Développer sa **propre sensibilité** : développer le goût du jeu à travers des émotions, partager ses émotions, apprendre à ressentir, à transmettre ses émotions... à jouer
- Exprimer ce que l'on ressent, **extérioriser ses émotions**

## \* IMAGINER ENSEMBLE

*L'imagination introduit l'étrange dans le quotidien, le rêve dans la réalité, l'inattendu dans l'évidence, la vie dans le théâtre.*

Fernando ARRABAL

- Travailler son **imaginaire** ; le jeu théâtral permettant une entrée dans l'imaginaire
- Apprendre le **collectif** : chaque participant s'exprimant tel qu'il est, tout en acceptant que les autres occupent aussi cet espace de parole
- **Développer sa créativité** dans des domaines artistiques pluriels (lecture de textes, jeu théâtral, écriture, improvisation, écriture...)



# LES OBJECTIFS DES ATELIERS-3

DÉCOUVERTE DE SOI PAR LE THÉÂTRE / DÉCOUVERTE DE SOI PAR L'IMPRO



## \* OSER

*Si la souffrance contraint à la créativité, cela ne signifie pas qu'il faille être contraint à la souffrance pour devenir créatif.*

Boris CYRULNIK

- Accepter la **prise de risque** : entrer en confiance dans « l'arène » du jeu théâtral
- Apprendre **l'humilité** : accepter de ne rien savoir
- Développer sa capacité à créer à partir d'**improvisations**
- Trouver du **plaisir** à se dépasser

## \* COMMUNIQUER, PARLER

*J'ai confié à ma voix le soin de me représenter tout entier. Pas même mes propres paroles. Les mots des autres me tiennent lieu de parfaite existence.*

Denis PODALYDÈS

- Découvrir différentes **formes de langage** comme le geste, le corps, le regard, le rythme, la parole
- Améliorer sa **diction**, être à l'aise avec l'oralité du langage
- Apprendre à "**poser**" sa voix
- Maîtriser le mieux possible sa **respiration**

## \* DIRE DES TEXTES

*La langue est un théâtre dont les mots sont les acteurs.*

Ferdinand BRUNETIÈRE

- **Ressentir les textes**, les « sentir » par le biais de son propre vécu, **les faire vivre** à travers le filigrane de sa propre intimité émotionnelle
- Aborder **différentes façons de jouer un texte**, en y insufflant une partie de soi-même
- Prendre conscience que les textes sont faits pour être joués, interprétés
- S'initier à **son rythme** à l'expression théâtrale à travers des textes issus d'univers multiples

# DÉROULÉ D'UNE SÉANCE TYPE

Une séance d'atelier se déroule selon un canevas qui permet aux participants d'entrer progressivement dans le jeu théâtral : en effet, il est difficile d'envisager d'entrer en jeu sans un échauffement et une bonne préparation physique. Le déroulement d'une séance peut être adapté en fonction de l'état de fatigue des participants... On peut très bien envisager de commencer par quelques minutes de détente et/ou de relaxation. Les participants seront ensuite plus réceptifs et plus disposés à entrer dans la pratique des exercices proposés au cours de l'atelier.

La séance comporte **différentes phases** :

- **échauffement** physique (étirements, relaxation)
- **exercices abordés de manière ludique** autour des rythmes, du visage, du regard, du toucher, de l'occupation de l'espace, du corps, du placement du corps, de la voix, des mots
- **improvisations** à partir d'un poème ou d'une chanson... ou de thèmes proposés par l'intervenante
- **lecture, interprétation** de textes (atelier « découverte de soi par le théâtre ») ou **improvisations** sur des thèmes (« découverte de soi par l'impro »)
- **Bilan et échanges** d'après-séance
- Consignes éventuelles pour la **séance à venir...**

## L'INTERVENANTE



Les ateliers sont animés par Françoise Demory, comédienne professionnelle et metteur en scène (*Compagnie des Langages* - [www.compagniedeslangages.fr](http://www.compagniedeslangages.fr)), médiatrice artistique en art-thérapie (formée à l'*Inecat / Paris*).

Pour en savoir plus sur le parcours de l'intervenante : [www.francoisedemory.fr](http://www.francoisedemory.fr)

# INFORMATIONS PRATIQUES

## ATELIERS

### HORAIRES

**Atelier « découverte de soi par le théâtre »**  
le **mardi de 18h00 à 20h00**  
(hors vacances scolaires)

*Reprise de l'atelier le mardi 19 septembre 2023*

**Atelier « découverte de soi par l'impro »**  
le **samedi de 14h00 à 19h00** suivant planning :  
23 septembre, 21 octobre, 18 novembre et 16 décembre 2023  
13 & 27 janvier, 10 février, 16 & 30 mars, 13 avril,  
18 mai, 8 & 22 juin 2024  
*Reprise de l'atelier le samedi 23 septembre 2023*

### TARIFS

**Atelier « découverte de soi par le théâtre »**

Tarif à l'année : 325 euros, payables à l'inscription (ou en 3 chèques à l'ordre de « Imaginaire Compagnie »)  
Séance d'essai : 15 euros. En cas d'inscription, cette somme sera restituée à l'inscription.

**Atelier « découverte de soi par l'impro »**

Tarif à l'année : 325 euros, payables à l'inscription (ou en 3 chèques à l'ordre de « Imaginaire Compagnie »)  
Tarif à la séance : 50 euros

### LIEU

Les séances ont lieu au « 133 - Lieu de création » (133 rue Roger Salengro à Hellemmes-Lille - le133.blogspot.fr).  
Pour venir au « 133-Lieu de création » : métro « Mairie d'Hellemmes » (ligne 1) ou station V'lille

### MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription aux ateliers se fait **uniquement à l'année** (sauf pour l'atelier « découverte de soi par l'impro »).  
Dans le respect des programmes pédagogique et artistique détaillés dans ce document pour la saison 2023/2024. Les modalités d'inscription et d'organisation sont précisées dans le **règlement intérieur** (en ligne sur le site de l'association « Imaginaire Compagnie »). A l'inscription, deux exemplaires du règlement intérieur seront remis à chaque participant. Un exemplaire sera signé par le participant qui le transmettra à l'association « Imaginaire Compagnie ».

### AGENDA DE LA SAISON

- Un agenda des séances et des événements sera communiqué en début de saison aux participants des ateliers.
- \* **Mardi 19 décembre 2023** : scène ouverte de fin d'année des ateliers d'Imaginaire Compagnie au "133-lieu de création"
  - \* **Avril 2024** : étape de travail de « Imagine... le cinéma ! » (lieu restant à définir)
  - \* **Mai 2024** : générale de « Imagine... le cinéma ! » au « 133-lieu de création »
  - \* **Samedis 16 mars, 13 avril & 8 juin 2024 - 20h30** : performances d'impro de l'atelier « découverte de soi par l'impro »
  - \* **Vendredi 14 juin 2024** : générale au 133 « Imagine... le cinéma ! »
  - \* **Samedi 15 juin 2024** : représentation au 133 de « Imagine... le cinéma ! »
- (*date à définir*) Restitution des ateliers au Kursaal / Hellemmes = « Imagine... le cinéma ! » et « Performance d'impro »

### STAGES

L'association « Imaginaire compagnie » propose, tout au long de l'année des stages (aussi bien pour les participants de ses ateliers que pour des extérieurs). Le programme de ces stages sera établi au cours de la saison 2022/2024.  
Également, grâce au Centre de Ressources de théâtre en amateur auquel adhère l'association, les participants des ateliers peuvent bénéficier de stages ayant lieu le week-end.  
Quelques exemples de stages proposés au cours des saisons précédentes : scénographie, maquillage, marionnette, régie lumières, marionnettes, mise en scène, théâtre de rue, etc...