



# ATELIERS DE THÉÂTRE

Favoriser la cohésion d'équipe et développer des compétences humaines de manière ludique.

Nos ateliers vous invitent à prendre conscience de votre présence dans l'espace et dans le rapport à l'autre, par l'entremise d'exercices d'explorations physiques, vocales et d'improvisations. S'apprêtant autant au *teambuilding* qu'au développement de compétences, ils peuvent être offerts dans vos locaux comme dans notre lieu de création situé à Montréal.

## 4 ATELIERS

### 1. L'ART DE RACONTER

Prendre la parole et développer des outils de gestion du stress lié à la communication orale.

### 2. LE JEU CLOWNESQUE

Améliorer la communication non-verbale, développer son écoute et gérer ses émotions par les techniques du jeu clownesque.

### 3. LE CHOEUR

Favoriser la cohésion d'équipe par des techniques de jeu rythmés et orchestrés.

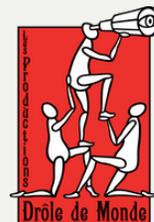
### 4. VOIX ET DÉTENTE

Mouvement et détente de l'acteur appliqué au bureau et prise de parole de longue durée en entreprise.

Pour adapter ces ateliers à vos besoins ou pour toutes autres informations, n'hésitez pas à nous contacter.

## Contact

Tel 514-931-6630  
Site Web [www.droledemonde.com](http://www.droledemonde.com)  
Courriel [prodsddm@gmail.com](mailto:prodsddm@gmail.com)  
Adresse 1258 rue Bélanger, QC H2S 1H9



Les Productions  
Drôle de Monde

# Bienfaits du théâtre

---

Le théâtre est un outil indispensable du développement de l'individu.

- Il favorise l'empathie.
- Il développe l'intelligence émotionnelle.
- Il optimise la créativité.
- Il permet de réduire, voire d'oublier le stress de la vie quotidienne.
- Il est un véritable vecteur de cohésion d'équipe.
- Il apprend à vivre ensemble puisqu'il est toujours une aventure collective.
- Il aide à lever certaines inhibitions.

Plus précisément, il permet aussi :

- Un travail sur le corps : prendre conscience de son corps, de ses limites et se les approprier.
- Un travail sur la voix : apprendre à placer sa voix, à contrôler son souffle, à s'exprimer librement.



**Les Productions Drôle de Monde**

prodsddm@gmail.com

www.droledemonde.com

# Atelier 1 : L'art de raconter

Dans cet atelier, les participants seront amenés à perfectionner leurs connaissances et leur expérience de la **prise de parole en public**. L'approche personnalisée permettra de cibler précisément les éléments oratoires que les participants peuvent travailler. Si la communication orale peut générer de l'anxiété pour plusieurs, le théâtre nous apprend à rejoindre l'auditoire en se reconnectant à l'essentiel : **le plaisir de raconter**.



## Team building

- Améliorer la **gestion du stress** et l'**empathie** de l'équipe;
- Offrir un **moment d'échanges informels** entre les membres de l'équipe;
- Favoriser la gestion d'équipe en **surpassant les limites** de chacun;
- Améliorer les **communications internes** et le partage de **rétroaction**;
- Permettre à chacun de **révéler ses talents**.



## Formation

- Apprendre et utiliser les **notions de prosodie** (débit, rythme, intonations, etc.);
- Apprendre à mieux **utiliser sa voix**;
- Mobiliser des **exercices théâtraux adaptés** à la prise de parole en public;
- Engager le corps pour bonifier l'**aisance physique** lors de discours;
- Augmenter sa **confiance** et son **plaisir** de parler devant public;
- **Parler vrai** : trouver une justesse dans le discours, qu'il soit rédigé ou non.



# Atelier 2 : Le jeu clownesque

À l'inté « rieur » de nous, il y a un être qui peut tout! Le clown aime le jeu, il s'émerveille de tout et joue avec ses émotions, ses états et ses rêves. Il est toujours en quête d'aventures. Découvrir le clown qui sommeille en soi, c'est accueillir la différence, saluer l'enfant intérieur et vivre en accord avec ce que l'on est. Ce stage se déroule dans une atmosphère conviviale où la sottise, la maladresse, et la profondeur seront au rendez-vous. Les participants seront initiés au vocabulaire et aux techniques de l'art clownesque (le point fixe, le neutre, les procédés comiques, les entrées-sorties, etc.) ainsi qu'aux différents types de clowns.



## Team building

- Partager un **moment insolite et inédit** en équipe afin de développer l'**esprit de cohésion** et les **relations** entre les membres de l'équipe;
- Renforcer la **solidarité** de l'équipe;
- Améliorer les **communications verbales et non-verbales** entre les employés;
- Sensibiliser aux **différences** entre chacun et **co-construire** autour de ces différences;
- Révéler la **créativité et l'autodérision** qui sommeille en chacun de nous.



## Formation

- **La concentration** : Développer la faculté de concentration et la disponibilité à l'instant présent à travers des exercices ludiques;
- **Le corps** : Découvrir son corps comme possibilité infinie d'expression et de communication;
- **L'écoute** : Savoir écouter (pas uniquement avec les oreilles), savoir se taire, savoir regarder, savoir recevoir des messages;
- **Les émotions** : Explorer, exprimer et apprivoiser ses émotions;
- **L'espace** : Apprendre à se situer dans l'espace seul ou avec un groupe. Créer, utiliser un espace théâtral;
- **L'imagination** : Libérer son imaginaire, explorer, inventer, construire une histoire en intégrant des contraintes.



Les Productions Drôle de Monde  
prodsddm@gmail.com  
www.droledemonde.com

# Atelier 3 : Le chœur

Le chœur est la plus haute organisation théâtrale. Le chœur est un corps, il bouge organiquement comme un être vivant. Il organise l'espace, le temps et la structure. C'est à partir de la pédagogie de Jacques Lecoq, qui priorise le corps, que les participant.es développeront leur imaginaire corporel et le rapport à l'espace. Au cours de ce stage, les chœurs mécanique et organique sont explorés à travers différents exercices de rythmes physiques et vocaux en groupe.



## Team building

- Vivre un moment de **dépassement de soi** en équipe;
- Améliorer les **communications verbales et non-verbales** entre les employés;
- Développer l'**esprit d'équipe** et favoriser la **solidarité interne** par un exercice exclusivement de groupe. L'effort de chacun crée le chœur. Sans une de ses parties, le chœur s'effondre. Le chœur c'est un **effort collectif** où la somme de toutes ses parties crée un tout cohérent;
- Partager un **moment insolite et inédit** en équipe afin de développer l'esprit de cohésion et les **relations** entre les membres de l'équipe.



## Formation

- Explorer différentes techniques de jeu physique et les notions relatives à l'**espace**, **/symbolisation / communication par le mouvement** à partir de situations d'exploration;
- Développer, enrichir l'expression du mouvement pour **éveiller le ludisme** afin de créer un **vocabulaire corporel** dépassant le réalisme (acrobatiques, expressionnisme, symbolisme...);
- Expérimenter le **chœur mécanique et organique**;
- Percevoir et reconnaître l'écoute **verbale et non-verbale**.
- Éveiller les différents sens afin d'aiguiser sa **conscience physique et émotionnelle**.



Les Productions Drôle de Monde  
prodsddm@gmail.com  
www.droledemonde.com

# Atelier 4 : Voix et détente

Inspiré de la Technique Alexander et de la relaxation et réorientation respiratoire intégrée (RRRI), ce stage propose l'exploration du travail somatique de l'acteur dans la détente du corps, le contrôle du mouvement et la prise de parole de longue durée. Dans cet atelier, les participant.es sont invités à explorer le corps dans ses mouvements les plus subtils. Qu'ils travaillent assis ou debout, qu'ils soient actifs ou passifs, les participant.es apprennent à reconnaître les patrons de tensions causés par leurs habitudes quotidiennes et développent les connaissances nécessaires à une meilleure utilisation de leurs outils corporels.



## Team building

- Améliorer les **communications verbales et non-verbales** entre les employés;
- Offrir un **moment de détente et d'humilité** en équipe;
- Sensibiliser aux **différences** entre chacun et **co-construire** autour de ces différences;
- Apprendre à **nommer** plus précisément ses **impressions et inconforts**;
- Améliorer la **cohésion d'équipe** par le confort individuel.



## Formation

- Prendre conscience de l'**organisation du corps** et des tensions causées par les **habitudes au travail**;
- Développer son **acuité sensorielle**;
- Explorer et comprendre les grandes **bandes musculaires** impliquées dans la **respiration**;
- Comprendre les **mécanismes** de la respiration;
- Développer un meilleur **appui vocal pour la prise de parole** de longue durée;
- Développer des outils de **détente et d'étirements** faciles à effectuer en situation de travail.



Les Productions Drôle de Monde

prodsddm@gmail.com

www.droledemonde.com

# La compagnie

Les Productions Drôle de Monde mettent de l'avant le talent de femmes artistes, de la relève et établies, à travers la création de spectacles dits physiques, rythmés et résolument organiques, en explorant différents styles particulièrement le jeu masqué et clownesque, où le comique et le dérisoire parviennent à faire ressortir les pires drames du drôle de monde dans lequel nous vivons.

Fondée en 2000, la compagnie crée des ponts entre le passé et le présent, entre les formes ancestrales et les enjeux contemporains. Fondée par deux pédagogues en art dramatique, la compagnie offre des formations depuis sa création. Tous les formateur.trice.s possèdent un diplôme d'une école professionnelle de théâtre.

**Nos artistes pédagogues sont à l'écoute des besoins des participants (et de l'entreprise). Ils savent installer un climat de confiance et de liberté, ils ont les outils pour évaluer les capacités et faire ressortir le meilleur de chacun.**

## Les formateurs



**Jean-Robert Bonneau**

Comédien et formateur



**Maya Gobeil**

Directrice artistique, pédagogue,  
metteuse en scène et clown



**Marc-Antoine Lamarche**

Comédien et formateur