



CLOWN & PRÉSENCE

ATELIER MENSUEL à ROMANS SUR ISÈRE

**5 samedi après-midi
+ 3 week end
d'octobre 2018 à juin 2019**

**Cheminer vers son personnage clown,
vers plus d'ancrage
et de présence à soi, à l'autre...
Prendre le temps, suspendre, s'étonner,
respirer...et oser !**

Contact et information : 06 13 10 09 89

contact@tramedevie.net

www.tramedevie.net

Un atelier Trame de Vie



*Le clown-théâtre est un personnage sensible, spontané, attaché à la dimension concrète, sans complaisance ni a priori, inconditionnellement dans le présent. Il est profondément empathique, sincèrement impliqué, confiant et convaincant, spontanément porté vers la **rencontre** dans un élan créatif.*

Un temps Clown, c'est avant tout **prendre un temps pour soi** : un temps pour se rapprocher de soi-même, un temps pour se surprendre, un temps pour se découvrir des facultés nouvelles à **exprimer qui nous sommes...à la rencontre de l'autre !**

C'est cheminer au gré d'expérience créatives, qui mettent en lumière la **palette de nos émotions**, renforcent notre **ancrage** et **l'attention à ce qui est**, dans le plaisir du jeu, du rire et de la dérision.

- ⊗ Des temps de **jeux d'expression, d'improvisation**, (seul, deux à deux, ou en groupe) pour faire émerger (ou renforcer) le **personnage clown**, dans ce qui l'anime et le met en mouvement.
- ⊗ Des temps de **relaxation, de méditation, de respiration** et de pratiques corporelles pour retrouver créativité, ancrage, énergie et fluidité.

Dans un cadre de verdure, propice pour se ressourcer et savourer ce temps pour soi, ce temps pour son Clown...



2 formateurs en binôme pour vous accompagner dans ce cheminement, à votre rythme, avec bienveillance, loin de tout jugement ou évaluation.



Denis DONGER Metteur en scène, auteur, praticien des arts internes

« Depuis plus de 30 ans, je m'efforce de faire des liens entre l'art, les arts internes (yoga, Qi Gong, méditation), les enseignements spirituels traditionnels, l'écologie, la citoyenneté (élu local). Directeur artistique du Théâtre de la Courte Echelle, j'ai assuré l'écriture, la mise en scène d'une quarantaine de créations. J'anime de nombreux cours, stages dans une approche globale de la personne, quelles que soit son origine sociale, culturelle. Critique du « développement personnel consumériste », j'inscris mon approche dans une perspective sociale et citoyenne ».



Emma OULD AOUDIA Coach social, formatrice, Clown-visiteuse en hôpital et maison de retraite

« Je vais résolument à la rencontre de chacun, avec enthousiasme, curiosité, et confiance. J'accompagne chacun vers l'émergence et l'épanouissement de ce qui lui est singulier, je m'engage pour explorer le champ des possibles, je questionne les évidences, je m'étonne de ce qui se dit... je me réjouis de la créativité de chacun et soutiens ce qui advient. Passionnée par la pédagogie, chaque atelier, chaque stage est source de créativité pour être au service de chacun dans son exploration et son cheminement ».

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour cet atelier ouvert à tous,
débutants, moins débutants, plus confirmés !

Groupe constitué pour l'année entière
limité à 12 participant(e)s.

Pour toute info sur le déroulé de l'atelier

06 13 10 09 89

ATELIER MENSUEL À ROMANS



Nous nous retrouvons

Le samedi 6 octobre pour un Atelier Découvertes*

Le samedi 24 novembre 2018 de 14h à 19h

Le samedi 15 décembre 2018 de 14h à 19h

Le samedi 12 janvier 2019 de 14h à 19h

+ le dimanche 13 janvier 2019 de 10h à 17h

Le samedi 2 février 2019 de 14h à 19h

Le samedi 9 mars 2019 de 14h à 19h

Le samedi 6 avril 2019 de 14h à 19h

+ le dimanche 7 avril 2019 de 10h à 17h

Le samedi 11 mai 2019 de 14h à 19h

Le samedi 15 juin 2019 de 14h à 19h

+ le dimanche 16 juin 2019 de 10h à 17h

**Atelier Découverte gratuit de 14h à 17h !*

Tarif annuel Animation : 520 € (possibilité de régler en plusieurs fois)

à Romans sur Isère , Salle L'Orée, 8 rue de Bellevue.

Atelier non résidentiel - Repas tiré du sac le midi.

Possibilité d'hébergement en dortoir collectif, en centre ville (nuit + petit déjeuner : 12 €, nous contacter)

contact@tramedevie.net

06 13 10 09 89

www.tramedevie.net

Bulletin d'inscription.....

Atelier mensuel 2018/2019 Clown et Présence

A retourner à Trame de Vie, 11 rue Bouvet 26100 Romans sur Isère

Nom.....Prénom.....

Adresse.....

Code Postal.....Ville.....

Téléphone.....Mail.....

Oui, je m'inscris à l'atelier Clown et Présence de novembre 2018 à juin 2018 au tarif de 520 € pour l'année + Atelier Découvertes du 6 octobre gratuit !

Je verse un chèque de 160 € d'arrhes à l'ordre de « Trame de Vie », qui resteront dûs en cas d'annulation de ma part après le 06 octobre 2018.

Je règle en versements de € (je remets la totalité des chèques au moment de l'inscription, et je précise la date d'encaissement au dos entre octobre 2018 et juin 2019).

Signature