

LIBÉRER LA PAROLE



TRAVAIL AUTOUR DE 5 POINTS CLÉS

- S'EXPRIMER AVEC SPONTANÉITÉ
- VAINCRE SES PEURS
- CONFIANCE EN SOI – LÂCHER PRISE
- MAÎTRISER SON SUJET
- AVOIR CONSCIENCE DE SON IMAGE

On peut sortir du LYCEE avec de bonnes appréciations, des félicitations... et ne pas savoir parler devant un auditoire ou lors d'un entretien d'embauche.

S'exprimer à l'oral devant les autres en joignant le geste à la parole, en donnant de la vie à son message et en utilisant les accompagnements visuels souvent indispensables aujourd'hui, sont parties intégrantes des fondamentaux.

La pratique du théâtre constitue un formidable outil de socialisation et permet de dépasser ses premiers blocages.

Les priorités sont :
La confiance en soi,
Le lâcher prise,
La spontanéité et l'écoute de l'autre.

L'objectif est de découvrir, d'approfondir ou de perfectionner les différentes techniques théâtrales avec :

- Des exercices spécifiques (amélioration de sa diction, placement de sa voix, maîtrise de son corps, de ses mouvements et aussi de l'espace).
- Des jeux ludiques pour améliorer sa capacité de concentration, appréhender son trac et découvrir le plaisir du jeu de l'acteur.
- De l'improvisation dans le but de développer son imaginaire et sa propre créativité, de dépasser ses premiers blocages.

Les exercices de théâtre permettent également d'apprendre à argumenter, à convaincre et à construire et structurer un raisonnement...

Avoir conscience de son image est un atout supplémentaire. C'est pourquoi nous utilisons la vidéo comme outil pédagogique. Le simple fait de se présenter peut se révéler être un frein et une difficulté dans le cadre professionnel. L'exercice face caméra permettra une analyse bienveillante et collective et constituera une expérience positive et bénéfique qui aidera l'élève à prendre conscience de ses lacunes et de ses progrès.



Biographie – Sophie Belissent



Comédienne depuis l'âge de 19 ans, elle se forma au Théâtre de la Cuvette à Nancy, sous la direction de Michèle Benoit, puis à l'École Florent à Paris. Elle a joué dans une vingtaine de pièces dont « Après la répétition » de Bergman, mise en scène de Mehdi Bereddad et « Rallumer tous les soleils... Jaurès ou la nécessité du combat » mise en scène de Miléna Vlach. Sous la direction de nombreux metteurs en scène, Sophie joue dans les créations de la Cie Le Temps Présent, puis en 2008, elle met en scène sa première pièce : « Dis à ma fille que je pars en voyage » de Denise Chalem. De 2009 à 2011, Sophie élabore un travail d'investigation autour de l'auteur Racine et monte 3 spectacles dont « Andromaque », pièce dans laquelle elle interprète le rôle-titre. En 2015, elle met en scène « Crime et Châtiment » de Dostoïevski, puis « Fermé pour cause de Guerre » programmé en 2017 au Théâtre de l'Épée de Bois, Cartoucherie de Vincennes. En 2018, Sophie monte « Agamemnon » d'après Eschyle et en 2019 « La Fiancée du Vent ». En 2020 « ELECTRE » d'après Sophocle et « Le Théâtre Ambulant Chopalovitch » de Simovitch.

En parallèle elle travaille depuis 15 ans avec le TGP de Meaux, la Réussite Éducative, les Centres d'Actions Sociales, les Maisons de Quartier, les MDJ, les Centres Culturels et le Service Jeunesse. Elle intervient auprès des jeunes entre 6 et 18 ans dans les quartiers prioritaires politique de la ville (QPV). Elle intervient aussi dans les collèges et lycées et utilise le Théâtre Forum comme outil pédagogique pour travailler en profondeur sur des thématiques complexes relatives à la jeunesse aujourd'hui dans nos sociétés. Elle intervient 2 ans au centre de détention de Meaux Chauconin avec le TGP et travaille à l'élaboration d'un spectacle avec un groupe de détenus stagiaires sur des périodes de 6 mois. Sophie monte en 2017 « Alice au pays des merveilles » de Lewis Carroll avec 15 enfants entre 9 et 12 ans avec qui elle a travaillé pendant 2 ans à l'Espace Caravelle de Meaux, en partenariat avec le TGP, la Ville et la Réussite Educative.

Biographie – Luis Tamayo



D'abord guitariste chanteur, Luis parcourt les routes pendant une dizaine d'années avant de rencontrer l'Art Dramatique. Dès lors, il va découvrir qu'il a plusieurs casquettes comme celles de comédien, metteur en scène, réalisateur et auteur. Il va suivre différentes formations et stages. Il joue dans tous les registres : du classique (Shakespeare, Molière, Feydeau, Racine...) au contemporain (Novarina, Virginia Woolf, J.C Grumberg...). Il tourne également au cinéma dans divers courts métrages. En 2017, avec la Cie le Temps Présent, sous la direction de Sophie Belissent, il interprète Raskolnikov dans « Crime et Châtiment » de Dostoïevski, en 2018, il interprète Sven dans « Fermé pour cause de guerre » de Mariane Oestreicher Jourdain au Théâtre de l'Épée de Bois, Cartoucherie de Vincennes. Actuellement il participe à la Trilogie antique autour de la « Malédiction des Atrides », interprète Oreste et a signé l'adaptation des textes d'Eschyle et de Sophocle. En parallèle, il travaille sur l'écriture de différents scénarios pour la télévision et le cinéma.

Dès 2015, Luis a proposé diverses actions culturelles pour le centre Mix'âges et l'association Entr'aide basés dans la cité des Périchaux (112 rue Brancion 75015 Paris). Il commence avec « Les puzzles intergénérationnels » et développe un travail d'écriture avec des participants de tout âge en vue de monter un spectacle. Puis, en 2016 avec « Le théâtre de Palier » et en 2017 avec des stages d'improvisation, de stand-up et d'écriture. De 2015 à 2017 au sein de la compagnie Le Temps Présent, il collabore au projet « Alice au pays des merveilles » de Lewis Carroll avec 15 enfants entre 9 et 12 ans, en partenariat avec le TGP, la Réussite Educative et les services jeunesse et action sociale de la ville de Meaux. En 2018 Luis intervient dans les collèges et lycées et utilise le Théâtre Forum comme outil pédagogique à la réalisation personnelle et à la prise de conscience et la réflexion collective.