

## LA VOIX

*animé par Gabriela Barrenechea*

S'autoriser à libérer le potentiel et la richesse de sa voix.  
Nous aimons la voix des autres, pourquoi ne pas aimer la sienne ?

Découvrir sa voix ... comme outil de communication  
Apprivoiser sa voix ... comme maîtrise de ses émotions et gestion du trac  
Jouer avec sa voix ... comme affirmation de soi

Et surtout et avant tout ... RESPIRER !

## LE CORPS

*animé par Aline STILL*

Prendre conscience de l'espace scénique (un espace volontairement délimité comme dans la vie)  
Découvrir la justesse de son corps  
Évoluer dans cet espace, évoluer avec l'autre  
Vivre l'instant corporellement, à l'écoute de soi-même et dans son présent.

Et surtout et avant tout ... OSER !

Centrage, Écoute, Lâcher prise, Disponibilité,  
Présence, Relation constructive

## LE THEATRE

*animé par Aline STILL*

« L'improvisation, c'est laisser l'espace de la rencontre avec l'autre dans la créativité, en faisant abstraction de ses repères et codifications habituels. »

Libérer la personnalité à travers :

- l'émotionnel
- l'imaginaire
- la spontanéité, l'authenticité
- la générosité ... l'humour

Et surtout et avant tout SE FAIRE PLAISIR !

Découverte des trois techniques de l'acteur,  
qui favorisent, développent et enrichissent  
la communication