



FORMATION

Le corps de l'histoire

ANIMÉE PAR CLAIRE LE MICHEM

3 jours, du 24 AU 26 mai 2024

Présentation générale de la formation

Vous êtes conteur·se, comédien·ne, danseur·se, performer, amateur·rice porteur·euse d'une histoire en lien avec le vivant.

Vous souhaitez incarner pleinement votre récit en liant naturellement mots et mouvements ? Vous êtes au bon endroit !

Ce stage collectif déplacera votre regard sur votre texte, en révélant votre corps poétique, ce corps relié aux éléments, à leur qualité et leur énergie.

Tout en s'appuyant sur une dynamique de groupe et un travail en extérieur, basé sur l'improvisation au contact du vivant* (végétaux, éléments naturels...), la formation est sur mesure et se nourrira de l'énergie de chacun·e. Son objectif : vous donner les clés pour puiser en vous une expression gestuelle spontanée et juste, qui soutiendra naturellement votre histoire pour lui donner plus d'ampleur et de puissance.

Au terme de la formation, vous pourrez mettre en jeu voix et mouvement pour donner corps à votre histoire.

I. Objectifs pédagogiques

L'objectif principal est de se laisser surprendre par ses capacités physiques, sensorielles, expressives et par les ressources qui sont à disposition dans un jardin, point d'appui pour l'imagination et pour le corps.

Objectifs points par points :

- S'appropriier les notions d'énergie (les 4 éléments) et les intégrer dans ses mouvements
- Établir une relation avec un environnement vivant dans une improvisation
- Utiliser l'espace comme catalyseur pour inspirer le récit et pour déployer les mouvements

II. Publics concernés et pré-requis

La formation s'adresse à un public adulte.

Elle s'adresse à celles et ceux qui content, jouent ou dansent professionnellement ou en amateur et qui veulent développer leur capacité à déployer une histoire à travers le corps associé à la parole.

Les « pré-requis » :

- Un corps disponible et une ouverture à l'inconnu.
Vous aurez besoin d'écouter et d'accueillir vos sensations, vos perceptions pour les inclure dans votre récit. La formation se passera majoritairement en extérieur, dans le très beau jardin des histoires du Nombril du Monde.
- Une histoire qui parle à votre cœur et que vous envie de partager : une histoire du Vivant c'est-à-dire un conte, un récit qui soit inspiré par la nature, qui s'enracine dans la terre et que nous ferons fleurir dans le jardin.

III. Méthodologie et moyens pédagogiques

Le stage sera basé sur la pratique, avec des allers-retours entre expériences et mise en mots de l'expérience pour activer les circuits entre corps et conscience, entre corps et poésie.

Il y aura un va-et-vient entre pratique commune et travail en binômes.

Nous pratiquerons dans le jardin, en relation avec les éléments, les arbres ...

Les moyens pédagogiques :

- La parole,
- Le mouvement (pratiques inspirées des arts mariaux, du yoga, de la danse),
- Une roue de médecine (tradition amérindienne),
- Des rituels de célébration inspirés par les traditions,
- Un travail respiratoire et de son,
- Des documents sur papier

IV. Déroulé et contenu de la formation

Le cadre des journées sera le même, comprenant des propositions collective le matin et plus individuelle l'après-midi. Le contenu des journées évoluera selon des thèmes liés aux éléments et l'évolution du groupe.

Journée 1 : Entrer en relation

Matinée :

Accueil au jardin :

- Présentation de la formation, visite du jardin, observation des plantes, fleurs, arbres, animaux
- Rituel d'ouverture de la roue
- Pratiques corporelles et vocales en commun

Après-midi :

- En solo : trouver son espace dans le jardin pour dire son histoire
- En duo : "donner corps" à son histoire
- Présentation et travail guidé par Claire Le Michel
- Clôture de la journée dans la roue de médecine

Journée 2 : Élé ments Terre & Eau

Matinée :

- Pratiques corporelles et vocales en commun
- Présentation des éléments TERRE/EAU sous l'aspect traditionnel et énergétique / travail d'association d'idées sur la TERRE et l'EAU pour préparer le temps dansé
- Intégrer ces énergies TERRE et EAU dans les récits

Après Midi :

- En duo : "donner corps" à son histoire
- Présentation et travail guidé par Claire Le Michel

-Soirée :

- Célébration dans la roue, mise en jeu d'extraits des histoires

Journée 3 : Élément Feu & Air

Matinée :

- Pratiques corporelles et vocales en commun
- Présentation des éléments FEU/AIR sous l'aspect traditionnel et énergétique / travail d'association d'idées sur le FEU et l'AIR pour préparer le temps dansé
- Intégrer ces énergies FEU & AIR aux récits

Après Midi :

- Présentation des histoires et goûter

V. Ressources utiles à la formation

Trouver une histoire (un conte, un récit, un rêve, un poème...) qui ait du sens pour vous. C'est une histoire que vous avez envie d'entendre résonner dans le jardin. Une histoire qui implique votre être en entier.

Un mail sera envoyé 2 semaines avant avec des informations complémentaires.

VI. Compétences acquises

- Compréhension des interactions entre corps et mots, corps et environnement, à travers la relation à l'énergie
- Initiation aux traditions ancestrales
- Bases pour la construction d'un récit incarné

VII. Modalités d'évaluation

Évaluation collective en fin de formation : appréciation des différents points, mentions des éventuels manques...

VIII. Profil de la formatrice, Claire Le Michel

Comédienne, danseuse et autrice, Claire se forme à la danse et ses traditions, poussant encore plus loin la portée du mouvement et du corps en s'intéressant à l'aïkido, la boxe française et le yoga qu'elle pratique entre la France et l'Inde. À l'origine de la Compagnie Un Soir Ailleurs, qui mélange théâtre et danse, elle aime porter à la scène une poésie qui associe mots et corps.

Elle affectionne également la transmission et proposer des ateliers fait partie de sa pratique d'artiste. Depuis 1999, elle dispense des ateliers de théâtre, de danse et d'écriture en milieu scolaire depuis l'école élémentaire jusqu'au lycée. Et pour les plus petits, elle pratique des ateliers d'éveil à la danse et au mouvement. Claire propose aussi régulièrement des formations d'initiation ou de pratique pour les adultes en relation avec ses projets de création.



IX. Modalités pratiques

Formation dispensée en présentiel

Dates : Du 24 au 26 mai 2024

Horaires : 9h30-12h00 / 14h00-17h00

Durée : 3 jours.

Effectif maximum : 14 personnes

Lieu de formation : Le Nombriil du Monde - 7 rue des Merveilles - 79 130 POUGNE-HÉRISSON

Accessibilité : Le Nombriil du Monde bénéficie du Label Tourisme et Handicap. Lieu de formation accessible aux personnes à mobilité réduite (espaces de formation, sanitaire, cuisine).

Adaptation du formateur aux handicaps.

Inscription à la formation possible jusqu'à 2 semaines avant le début de la formation.

Tarifs

Individuels	320€
Professionnels	550€

Les tarifs ne comprennent pas le transport, l'hébergement et les repas.

Nous pouvons cependant vous communiquer les bonnes adresses pour un hébergement, et mettre à votre disposition une cuisine équipée les midis des jours de formation.

Certification

Le Nombriil du Monde est un organisme de formation professionnelle, certifié Qualiopi dans le cadre de ses actions de formation. Cela vous permet de demander la prise en charge de cette formation à titre professionnel.

Formation non éligible au CPF.



Nos références QUALIOPi

Le Nombriil du Monde
7 rue des Merveilles
79130 Pougne-Hérisson
Numéro de certification : FR069319-1
Numéro SIRET : 39877977700034

X. Modalités d'inscription

Prise en charge personnelle

1. Retourner le bulletin d'inscription complété, accompagné d'un chèque d'arrhes de 30 % du coût du stage à l'ordre du Nombriil du Monde (les arrhes ne seront remboursées qu'en cas de résiliation du stage par Le Nombriil du Monde ou sur présentation par le stagiaire d'un justificatif médical ou professionnel).
2. Le solde vous sera demandé le premier jour du stage.

Prise en charge professionnelle

1. Demander un devis au Nombriil du Monde.
2. Demander la prise en charge à votre employeur au titre de la formation professionnelle (en direct ou par le biais de l'OPCA « Organisme Paritaire Collecteur Agréé »).
3. Retourner au Nombriil du Monde le bulletin d'inscription complété avec une attestation de prise en charge de votre employeur ou de votre OPCA. La facture et l'attestation de présence seront adressées à votre employeur à l'issue de votre formation.

BULLETIN D'INSCRIPTION

FORMATION

« Le Corps de l'histoire »

Merci de compléter en totalité les informations demandées ci-dessous et de cocher les cases adéquates.

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Mail :

Téléphone :

Profession :

FORMATION CHOISIE : Le Conteur et ses Images

DATES : Du 12 au 16 février 2024

PRISE EN CHARGE PERSONNELLE

Coût du stage	320€
Arrhes 30 % à verser au moment de l'inscription	96€

PRISE EN CHARGE PROFESSIONNELLE

(merci de joindre une attestation de prise en charge)

Coût du stage	550€
---------------	------

Je déclare avoir pris connaissance des modalités d'inscription.

Date :

Signature :

Petits plus

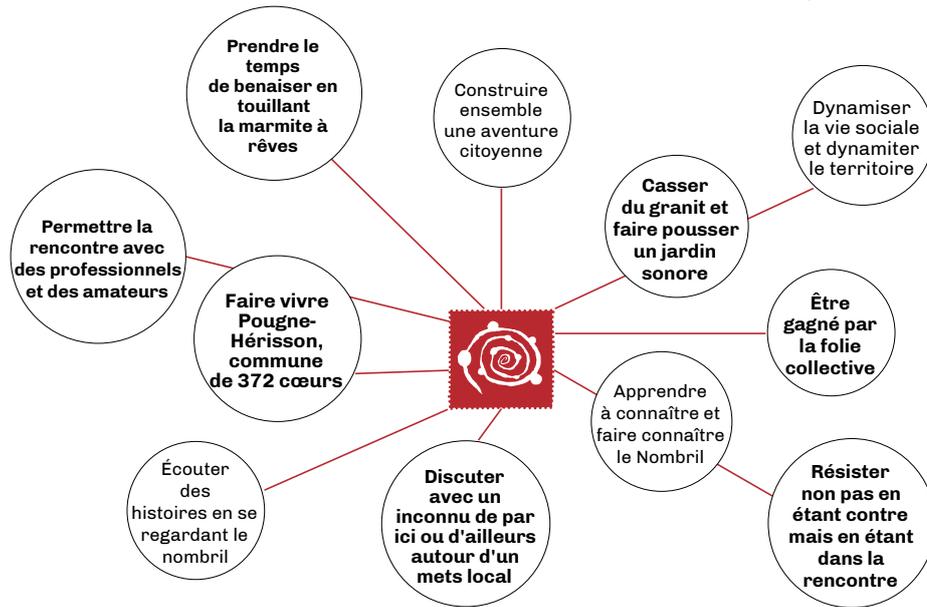
Pour toute inscription à une formation, le Nombriil du Monde vous offre **une entrée gratuite** valable pour deux personnes **pour une visite guidée** du Jardin des Histoires (ouverture d'avril à septembre).

Plus encore, devenez acteur de la vie du Nombriil, prenez part à l'association en devenant adhérent. Téléchargez notre bulletin d'adhésion depuis notre site internet et découvrez tous les avantages. Vous trouverez aussi un bulletin d'adhésion annexé à cette notice !

BULLETIN D'ADHÉSION 2024

Osez, aimez, adhérez, rejoignez-nous, incitez vos proches à nous rejoindre. Car sans vous, nous ne sommes RIN. Votre adhésion est notre énergie, vos remarques sont notre carburant, vos regards nous enflamment, et votre présence indispensable nous remplit le cœur. Rejoignez la nation Nombriil !"

Jean-François BACLE, Président



Je soussigné(e) :

Nom :

Prénom :

ou Nom de la structure :

souhaite adhérer à l'association Le Nombriil du

Monde pour un montant de :

12 € *

15 € ou plus

* pugnacien(ne), étudiant(e), demandeur d'emploi, personne à mobilité réduite, détenteur(rice) d'une carte CEZAM, ou carte Pass'loisirs

J'habite (ou ma structure se situe) à l'adresse :

.....
.....
.....
.....

Je suis joignable à l'adresse mail intersidérale :

.....@.....

Je date :/..... / 2022

Et je signe :

Réservé au Nombriil

Numéro d'adhérent :

Mode de règlement :

Je complète ce coupon et je joins en même temps mon règlement à l'ordre du Nombriil du Monde. Puis, j'envoie le tout à l'adresse :

Le Nombriil du Monde

7, rue des Merveilles
79130 Pougne-Hérisson

05 49 64 19 19

lenombriil@nombriil.com

www.nombriil.com