



BIEN-ÊTRE ET L'EXPRESSION DE SOI A TRAVERS LES

TECHNIQUES THÉÂTRALES

avec Natalia THOBIE

Le lundi de 10h à 11h30

lieu à définir

Le théâtre est un indéniable outil de développement de l'individu. Il aide à lever certaines inhibitions, il cultive la créativité et confiance en soi, il permet d'oublier le stress de la vie quotidienne et de vivre une aventure collective.

Dans un cadre bienveillant, propice à l'ouverture et l'expression nous aborderons à travers les exercices ludiques et jeux variés, individuels et collectifs :

- La respiration, le souffle, le son
- L'ancrage, la verticalité, la posture
- La voix
- La liberté du corps dans l'espace
- Le rythme et le mouvement
- L'expression, l'écoute et le dialogue
- La relaxation et le détente

Nous irons à la rencontre de notre créativité pour expérimenter en toute liberté le plaisir et la joie d'exprimer qui nous sommes.

Le contenu d'atelier est adapté à toutes les personnes. Aucune pratique ni expérience artistique particulière n'est pas nécessaire pour vous inscrire.

Association Des Mains D'Artistes de GUER

**vous propose des activités
pour enfants, adolescents et adultes**

Les inscriptions se font dans la limite des places disponibles.

En cas de cours complets, une liste d'attente est mise en place.

Les cours ouvrent s'il y a suffisamment d'inscrits.

DATES À RETENIR EN 2023

juin : Expo, peinture,
: Représentations théâtrales (Salle de La Gare)



GUER

SAISON 2022/2023

**ACTIVITÉS ENFANTS,
ADOLESCENTS, ADULTES**

Pour toute inscription ou information, contactez-nous par :

mail : associationdmnda@gmail.com

sur notre blog: <http://mainsdartistes.canalblog.com>
feuille d'inscription téléchargeable à renvoyer à

Des Mains d'Artistes
Centre Ressources
4 avenue du Général de Gaulle
56380 Guer

COURS ENFANTS ADOLESCENTS



THÉÂTRE ENFANTS

avec Natalia THOBIE

Le lundi de 17h30 à 19h

et de 19 h à 20h30

à la salle de la Gare

De 7 à 12 ans :

Envie de découvrir le théâtre, monter sur scène, développer votre potentiel créatif, découvrir le jeu d'acteur au sein d'une troupe ? Préparez votre bonne humeur et rejoignez l'un de nos 2 ateliers !



INITIATION À L'ART DRAMATIQUE POUR ADOLESCENTS

avec Benjamin RITTER

(horaires ci-dessous)

à la salle de la Gare

mardi - octobre à décembre

à partir de 13 ans

17h30-19h niveau collège

19h - 20h30 niveau lycée

mardi - janvier - juin

18h30-20h00 collège/lycée

• échauffement du corps et de la voix

• prendre l'espace sur scène, sortir sa voix, à partir d'exercices simples pour prendre confiance en soi

• travail du texte, mémorisation, diction, jeu

• écriture d'une pièce collective en vue de la représentation de fin d'année



ARTS PLASTIQUES ET ARTS MANUELS

avec Marie BALDET

Enfants : Le mercredi de 14h à 15h15

Ados : Le mercredi de 15h30 à 16h45

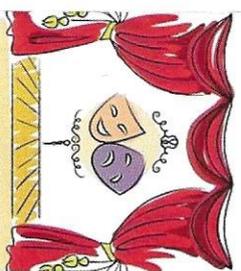
à l'ancienne école de La Roche

Destinés aux enfants et adolescents, ces ateliers s'adressent aux enfants souhaitant acquérir et développer les techniques de base en arts plastiques et manuels.

Dans cette pratique des arts manuels, les enfants découvrent des techniques et savoirs faire tels que la poterie, la mosaïque, l'aquarelle, l'acrylique, la lithographie ainsi que toute une palette de pratiques variées comme les encres, les pastels, les fusains, les collages, les reliefs...

Un atelier, des matières et matériaux qui permettent rapidement aux enfants de découvrir et perfectionner leur apprentissage en Art, mais surtout et avant tout, prendre du plaisir en créant et en manipulant.

Chaque enfant a l'occasion de se diriger vers les domaines de créations auxquels il est sensible, en étant accompagné dans son apprentissage



COURS ADULTES

COURS D'ART DRAMATIQUE

POUR ADULTES

(à partir de 18 ans)

avec Benjamin RITTER

Le lundi de 20h30 à 22h30

à la salle de la Gare

• travail sur une pièce de théâtre avec représentation en juin

• échauffement du corps et de la voix

• prendre l'espace sur scène, sortir sa voix, à partir d'exercices simples pour prendre confiance en soi

• approche des différents styles de jeux du grotesque au réaliste



DESSIN, PEINTURE

avec Kathy BOSC

Le lundi de 15h30 à 17h30

lieu à définir

Débutants ou pas, je suis près de vous pour vous aider à réaliser votre œuvre.

Vous choisissez la technique qui vous semble réalisable :

- Acrylique sur bois ou sur toile
- Pastel sur papier spécial
- Aquarelle sur papier aquarelle
- Etc A vous de décider.

Le thème : principalement figuratif est aussi votre choix.

Chacun apporte son matériel et là aussi, vous pouvez compter sur moi pour établir la liste des produits, pinceaux, etc qui se fera lors du premier cours.