



LA  
MAISON  
THÉÂTRE

# L'art d'être artiste pédagogue

Stages et rendez-vous professionnels  
Pour comédien.ne.s., metteur.e.s en scène pédagogues  
et tous celles et ceux qui proposent  
une pratique du théâtre en amateur

**Saison 2020/2021**

La Maison Théâtre  
10 rue d'Ankara – Strasbourg  
03 88 61 07 30  
[contact@lamaisontheatre.eu](mailto:contact@lamaisontheatre.eu)  
[www.lamaisontheatre.eu](http://www.lamaisontheatre.eu)

Avec le soutien du Conseil départemental du Bas-Rhin

# PREMIERS SECOURS

---

Avec  
**I'UDSP 67**  
Maison des Sapeurs pompiers

Cette journée de formation permet à toute personne d'acquérir les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours.

Elle vous apprendra à réagir face à des situations de la vie quotidienne : malaise, traumatismes, perte de connaissance, arrêt cardiaque, etc. Tout au long de la session, vous alternerez entre échanges théoriques, apprentissages pratiques et mises en situation.

Aucun prérequis nécessaire.

## Contenu

- Malaise et Alerte
- Plaies et la protection
- Brûlures
- Traumatismes
- Hémorragies
- Obstruction des voies aériennes
- Perte de connaissance
- Arrêt cardiaque
- Alerte aux populations

## Renseignements pratiques

### *Public concerné*

- Comédien.ne.s, metteur.e.s en scène, danseurs.seuses...
- Professeur de théâtre ou de danse

### *Date et horaires*

MAR 29 SEPT 2020 - 8H30 / 17H30

### *Nombre de participant.e.s*

10 maximum

### *Coût*

Tarif plein : 35 €

Adhérent.es et salarié.e.s de la Maison Théâtre : 25 €

# LES RENDEZ-VOUS PROFESSIONNELS

---

Avec

**Martin ROTH**

Psychiatre, pédo-psychiatre et psychanalyste

avec la collaboration de

**Myriam HODARA**

Psychiatre

Si la pratique d'un art vivant est notre objectif premier, elle n'en reste pas moins un espace de rencontres. Notre matière première est l'humain avec toute sa complexité et sa diversité. Les difficultés liées aux situations individuelles ou collectives, liées aussi à l'évolution et à la culture de chacun.e nous parviennent parfois sans filtre au détour d'un temps de travail.

Loin de se substituer aux professionnels, il nous paraît important de pouvoir échanger sur les différentes situations auxquelles nous sommes confronté.e.s régulièrement. Nous avons proposé à deux psychiatres de nous apporter un éclairage différent et de nourrir notre réflexion sur nos compétences pédagogiques.

Les trois rendez-vous indépendants de cette saison se dérouleront en deux temps. À partir d'une thématique liée à notre approche, Martin Roth nous présentera sa réflexion. S'en suivra une discussion au cours de laquelle nous échangerons sur des situations rencontrées lors d'ateliers ou de stages.

## Renseignements pratiques

### *Public concerné*

- Comédien.ne.s, metteur.e.s en scène, danseurs.seuses, chorégraphes
- Professeur de théâtre ou de danse

### *Date et horaires*

- VEN 6 NOV 2020 - SEDUCTION / EDUCATION  
9H30 / 12H
- LUN 15 MARS 2021 - QU'EST-CE QUE LE JEU ?  
14H / 17H
- VEN 18 JUIN 2021 - LE CORPS  
9H30 / 12H

### *Coût*

Entrée libre pour les adhérent.e.s de La Maison Théâtre

# ACCOMPAGNER LA VOIX

---

Avec  
**Violaine-Marine HELMBOLD**  
*Comédienne et chanteuse*

Qu'est-ce que l'outil vocal ? Comment reconnaître les type de voix, leurs spécificités, leurs limites ? Comment chauffer la voix, la développer, la préserver ? Quels blocages peuvent exister ? Et comment les accompagner ? Quels exercices pour jouer avec la voix ? ...

Autant de questions qui seront abordées au cours de cette journée afin de permettre à chacun de pouvoir rentrer en contact avec cet outil riche et libérateur qu'est la voix.

Violaine-Marine Helmbold propose une approche globale et concrète pour permettre aux comédien.ne.s et metteur.e.s en scène pédagogues de guider des pratiquant.e.s de théâtre dans leur approche de la voix afin de savoir l'utiliser à bon escient et d'en prendre soin.

## Contenu

### **La géographie globale**

#### L'ancrage et la résistance

Définition de la notion d'ancrage et de résistance / Expérimentation

#### Les respirations

Exploration des différentes possibilités respiratoires

Approfondissement des respirations hautes et basses

#### Les résonateurs

Exploration des 4 résonateurs / Utilisation des différentes fréquences

#### Les consonnes et les voyelles - articuler

Les différentes configurations / Les chemins des consonnes

Reconsidération de la notion d'articulation

### **Le son**

#### Penser le son

La direction et la précision du son / Adresser sa parole

#### Porter la voix

Porter la voix selon les âges / Jouer avec l'espace et avec les résonateurs

### **L'échauffement**

#### L'exercice pour échauffer

Alignement corps-son / Mettre de l'espace

#### L'exercice pour explorer

Quoi développer ? Pourquoi ?

## Renseignements pratiques

### *Public concerné*

Comédien.ne.s et metteur.e.s en scène pédagogues

### *Nombre de participant.e.s*

10 maximum

### *Date et horaires*

JEU 3 DEC 2020 - 9H / 17H

### *Coût*

Tarif plein : 35 €

Adhérent.e.s et salarié.e.s de la Maison Théâtre : 25 €