Ateliers CataPULSE et cie

Depuis 2010 la compagnie La Masure Cadencée crée, produit et diffuses des spectacles engageant un regard sensible sur l'existence. Soucieuse que ses spectacles aient un impact plus loin dans la vraie vie, elle propose depuis 2019 des ateliers en lien avec ses créations.

Sa dernière création, CataPULSE est une fantaisie musicale et corporelle qui s'adresse à tous les âges à partir de 2 ans...jusqu'à 102 ans!

La démarche de nos ateliers

Autour du spectacle CataPULSE s'articulent des ateliers autour du corps et et de la voix.

Ils s'adressent aux tout-petits, aux familles mais aussi aux anciens. En fonction des publics et des projets, les ateliers s'adaptent et varient.

Ayant à cœur de laisser les personnes entrer chacun.e en douceur, à leur façon et à leur rythme, sans injonction, dans notre univers, la compagnie a conçu ces ateliers sans consignes. Ainsi, on peut participer de mille façons : rester assis tout le long de la séance, bouger dès la première minute, chanter, danser, bouger, ressentir, imiter, regarder, ne pas sourire, rire... Tout est bon. À la bonne place, quoi qu'on fasse !

Au cœur de ces ateliers, plusieurs lignes: faire ressentir la douceur et fragilité des êtres, l'importance d'écouter les bobos, les petits comme les grands, de transmettre la délicatesse, mais aussi de jouer avec tout, de s'amuser, sérieusement, avec tout ce que l'on a avec soi, tout le temps: un corps, une voix! Pour nourrir la pulse de vie.

Tous nos ateliers se font sur une durée de 30 min avec 2 intervenantes pédagogiques.

Un espace dédié est demandé pour une bonne tenue des ateliers (pas de couloirs, de hall...)

Les ateliers “sans consignes”

LE MOUVEMENT ET LA VOIX

Comment raconter le monde avec son corps, et en musique ? Revenir aux langages premiers, simples, joyeux.

Voici un voyage musical et corporel où tout le monde est invité à prendre part, mais à son rythme, quand c'est le moment, quand le corps et le cœur sont prêts à s'exprimer en toute liberté et en toute spontanéité.

Des consignes? Sûrement pas ! Un moment de partage ? Alors là : oui !

La seule exigence est l’écoute, gagnée par les artistes grâce à un fil conducteur vivant, engagé, et un espace dédié.

Un seul objectif: une rencontre vivante autour de l’univers que nous déployons, en lien avec le spectacle CataPULSE.

- À destination des tous petits *et/ou* personnes âgées // familial (grands-parents - enfants)

Les ateliers “miroirs dansés”

LA DANSE

Des ateliers pour jouer : joie de se mouvoir, façon de raconter le monde avec le corps, le rejouer, le porter à l’intérieur de soi, à travers les gestes, puis les mots.

Laisser la danse entrer progressivement le/la participant.e guide l'artiste-danseuse et lui indique, par des mouvements souples comment déployer sa danse. La danseuse donne du corps et de l'amplitude au mouvement initié en petit par la personne âgée. Cet atelier a l'avantage immense de pouvoir s'adapter très finement aux possibilités et empêchements corporels des participant.es.

- Il s’agit de réinvestir un corps parfois douloureux, parfois limité et permettre de le retrouver, lors de ces ateliers le plaisir de se mouvoir. Là où la gym douce peut butter sur les douleurs, la mise en mouvement dans l'amusement permet de retrouver de l'aisance sans y prêter attention.
- Ils permettent de travailler l'écoute périphérique : quand on travaille le mouvement en lien avec les autres, on entre dans une écoute silencieuse très fine. Cette écoute est une mise en lien, elle crée une complicité entre les participant.es.
- L’utilisation d’un répertoire de chants en langues, pour nourrir la curiosité, la musicalité, ouvrir une porte sur le monde.

- À destination des personnes âgées (atteintes d’Alzheimer et à mobilité très réduite comprise

La rencontre des publics

Depuis 2019 La Masure Cadencée est engagée dans la démarche intergénérationnelle. Depuis son spectacle Vieillardises, elle mène des ateliers avec les personnes âgées comme avec les enfants, et des ateliers mêlés. Avec CataPULSE on va plus loin, vers les publics pouvant être atteints d'Alzheimer et les très-petits (à partir de 2 ans). L'intention de faire rencontrer les deux publics est mue par cette expérience: une douceur particulière se fait sentir quand les âges se rencontrent. L'aventure intergénérationnelle continue!

Contacts

Administration: Diane Leroy la.masure.cadencee@gmail.com / 06 65 27 74 60

Artistique: Marion Cordier prod.lamasure@gmail.com / 07 61 31 07 27

SIte internet: lamasurecadencee.com