



# Théâtre Jour & Nuit

## Stage "Improvisation"

**samedi 31 janvier et dimanche 1<sup>er</sup> février 2026**

**MERCI PAR AVANCE DE PREVOIR DES LE DEBUT DU STAGE POUR CHAQUE PARTICIPANT UN OU DEUX ACCESSOIRE(S) PERSONNEL(S) ORIGINAUX ET ATYPIQUES, NON FRAGILES (CAR POUVANT ETRE UTILISES PAR UNE AUTRE PERSONNE)**

**Vous avez envie de vous révéler autrement ?**

D'imaginer, de construire, de jouer individuellement, collectivement ou de mettre en jeu les autres à partir de situations originales, d'accessoires, de jeux de société, de supports graphiques, de faits d'actualité ou d'extraits musicaux ? Alors n'hésitez pas à venir nous rejoindre, pour un temps de partage convivial et formateur. Un parcours original, ludique permettra à chaque participant de mettre en évidence sa propre créativité au profit d'une dynamique de groupe.

- Exercices collectifs et individuels, jeux dramatiques à partir de consignes simples ou d'extraits de textes courts
- Création de personnages

Des échanges et des « retours » constructifs sur l'intérêt de la tenue du corps en scène, le plaisir à être ensemble pour jouer davantage avec les regards, la voix, l'écoute, l'imaginaire, le rythme, les silences, la connaissance de soi et de l'autre, la perception des états émotionnels, la gestion de l'imprévu... permettront de prolonger les exercices et le travail de création effectués.

**Le stage est animé par Olivia Vidal, metteur en scène, comédienne et formatrice pour le Théâtre Jour & Nuit.**

### Infos pratiques

#### Tarifs :

**40 € pour les adhérents Jour & Nuit et FNCTA  
50 € plein tarif**

**Le stage a lieu dans les locaux du Théâtre (6, impasse des deux marchés)  
Le samedi 31 janvier de 14h00 à 18h00 et le dimanche 1<sup>er</sup> février de 10h00 à 18h00**

- **Le repas du dimanche (tiré du sac) sera pris sur place en commun**
- **Le bulletin d'inscription est à télécharger sur notre site internet (page ateliers/stages) ou à nous demander par mail ou téléphone et à renvoyer :**
  - **Par mail exclusivement : [contact@theatre-jouretnuit.fr](mailto:contact@theatre-jouretnuit.fr)**
  - **Votre règlement devra être remis à l'animatrice au début du stage.**

**Date limite d'inscription : samedi 24 janvier 2026**