

Stage adultes

Constellations théâtrales

Du 14 au 15 novembre 2026

La Courte Echelle, Nîmes

Un stage où la création théâtrale éclaire la connaissance de soi et propose de jouer avec nos personnages préférés et uniques : les voir, les apprivoiser, les accepter, les créer, les libérer. Ensemble, dans le jeu.

Animé par MarieNoël Esnault
actrice, metteuse en scène, auteure et directrice du 19.



La Courte Echelle
11B Rue de Genève, 30000 Nîmes

Infos et inscriptions : centredecreationdu19@orange.fr

04 66 22 97 60 - 06 14 36 41 54

Fiche inscription



Constellations Théâtrales

Stage adultes - du 14 au 15 novembre 2026
à La Courte Echelle - Nîmes

La vie nous fait jouer des jeux, quotidiens, familiaux, ancestraux, ou sociétaux et nous nous structurons avec eux. Ce stage propose de mettre en lumière et conscience les personnages qui nous habitent et parfois se jouent de nous à notre insu.

De les apprivoiser, les incarner pour en jouer, créer des scénarios seuls et avec les autres, et ainsi vibrer de façon nouvelle, en expérimentant connaissance de soi, autonomie et curiosité.

Au coeur d'un environnement de bienveillance ludique et accompagnante, nous créerons ensemble une oeuvre éphémère à partir des inventions uniques, comme le ciel dessine une constellation en reliant ses étoiles.

Nos outils :

- la respiration
- les exercices corporels et vocaux
- les jeux de théâtre
- le texte et l'improvisation, les émotions et silences
- la réflexion autour des jeux humains archétypaux
- la convivialité, la bienveillance et le respect

Modalités pratiques

Lieu : La courte Echelle - Nîmes

Horaires : (qui pourront être adaptés):

- samedi 14/11/2026
10h - 13h et 14h - 17h
- dimanche 15/11/2026
10h - 13h et 14h - 17h

Venir avec un ou plusieurs textes que vous avez envie de partager (pas nécessaire de les connaître par coeur). Prévoir une tenue souple sans inscriptions, des chaussures souples et propres pour l'intérieur, une gourde ou de quoi boire pour la journée. Repas partagés si souhaité.

Tarif : 120 €
Tarif réduit : 102 €
+10€ adhésion 2026

Fiche inscription

Contact et inscriptions :
04 66 22 97 60 - 06 14 36 41 54
centredecreationdu19@orange.fr

