

Atelier animé par **Michèle Massina**,  
chargée d'enseignement au Conservatoire Royal de Bruxelles,

**Les 22 et 23 octobre 2022.**

## **« *Le corps et la voix* »**

Au plus le corps se libère de ses tensions physiques, émotionnelles et énergétiques, au plus la voix prend sa place, s'affranchit. Elle (re)trouve le plaisir de s'exprimer par des sons parlés (et chantés) .

Afin de faciliter la lecture, nous avons fait fi du langage épïcène et de l'écriture inclusive. Les termes « acteur.trice.s », « comédien.ne.s », « metteur.e.s en scène » ainsi que les inévitables pronoms, déterminants et adjectifs qui s'y rapportent se verront utilisés à la seule forme masculine. Que les dames et demoiselles nous pardonnent ce choix dénué de toute discrimination sexiste.

### **LE STAGE**

#### **Objectif**

Explorer le Corps comme instrument de la Voix.  
Donner des pistes concrètes pour faciliter l'expression vocale.

#### **Méthodologie**

Nous aborderons le travail de la voix (et du chant) par le biais du corps. Pour ce faire, nous utiliserons la technique corporelle *Méthode de Libération des Cuirasses*© « MLC » élaborée par Marie Lise Labonté.

Nous ferons un travail sur la voix chantée et parlée : utilisation du même instrument .

Pour la voix *chantée*, aucune compétence n'est requise; ce sera de petites propositions simples sans attente de résultat vocal.

Pour les textes parlés, chaque participant aura soin de **mémoriser** un texte au choix – classique – contemporain de qualité en vers ou en prose ou autres - de ± 15 lignes maximum.

Je proposerai aussi un texte identique pour tout le monde, **à mémoriser**, qui sera envoyé dès l'inscription.

## L'ANIMATRICE, Michèle MASSINA

« *Voix parlée, voix chantée : même instrument* »

Michèle Massina a une formation musicale de chanteuse classique, de pianiste et de professeur de solfège.

Elle a également étudié le coaching, la MLC© (méthode corporelle) qui participe à son enseignement.

Dans sa carrière de scène, elle a apprécié la diversité des expériences : du récital classique chant-piano au récital avec orchestre, ainsi que dans des spectacles où les différentes expressions artistiques se rencontrent : théâtre, opéra, danse, arts visuels, chorales...

Pour l'enseignement, elle est très éclectique et fait *travailler aussi bien la voix parlée que chantée* ; cela non seulement à des comédiens professionnels mais également à des chanteurs classiques, de jazz, de variété.... Elle est coach vocal dans des spectacles de théâtre et de danse.



Actuellement elle est professeur de formation vocale au Conservatoire Royal de Bruxelles et au Conservatoire Royal de Liège pour les futurs professeurs de Formation Musicale, avec une vision globale comprenant le travail corporel et la gestion du mental.

**Dates** : les 22 et 23 octobre 2022 de 10h à 18h avec pauses.

**Lieu** : Maison de la Solidarité - 133 , rue du Viaduc à 1050 Bruxelles

**Public concerné** : comédiens, enseignants.

**Niveau** : Tout niveau.

### **Matériel didactique :**

. Au choix du participant, ± 15 lignes maximum. (Voir sous « méthodologie » ci-dessus).

. Copie du texte retenu à remettre à l'animatrice.

. Un texte pour tous, à mémoriser, qui sera envoyé dès l'inscription) .

. Un tapis de yoga et deux balles de tennis usagées, voire deux balles de tennis neuves de deux couleurs (balles de tennis pour les enfants en général).

. Un plaid ou couverture pour les moments de relaxation.

. Une bouteille d'eau.

. De quoi écrire.

**Préparation** : **mémorisation PLUS QUE PARFAITE** du texte choisi et du texte imposé pour garantir une efficacité dans le travail.

### **Recommandations & tenue :**

- Une tenue souple .
- Nous travaillerons pieds nus pour le corporel et aussi pour les textes, des chaussettes chaudes antidérapantes sont à prévoir au cas où la température serait trop basse. De toute façon le travail se fera sans chaussures.

**Réunion de contact :** pas de réunion de contact avant le stage.

**P.A.F. :** 60 euros pour les ABCDéens (membres d'une troupe affiliée à l'ABCD) – 65 euros pour les membres d'une troupe affiliée à l'ACTH – ANTA –ALTA – UCW – Infor Jeunes et 70 euros pour « les autres »

### **Pour vous informer davantage ?**

Contenu du stage : Michèle MASSINA [michele@massina.be](mailto:michele@massina.be)

Organisation & inscription : Micheline CHRISTOPHE : 0474 07 34 67 [stages@abcd-theatre.be](mailto:stages@abcd-theatre.be)

### **Pour vous inscrire ?**

Effectuez le paiement de la PAF sur le compte de l'ABCD n° BE31 9731 1473 3755 ARSPBE22 avec la mention « stage + nom de l'animateur » **ET envoyez vos coordonnées** (nom, prénom, date de naissance, adresse, téléphone, GSM, e-mail et, si vous faites partie d'une troupe, le nom de celle-ci) à **Micheline Christophe**, par e-mail [stages@abcd-theatre.be](mailto:stages@abcd-theatre.be) ou par courrier : avenue de l'Aiglon, 6/1, à 1200 Bruxelles.

### ***CONDITIONS GENERALES D'INSCRIPTION AUX STAGES ABCD***

*Le nombre de places par stage étant limité (12 participants), les inscriptions sont prises en considération **par ordre d'arrivée des paiements.***

*En cas de désistement plus de 15 jours avant le début du stage, le montant de l'inscription (déduction faite de 15 euros pour frais administratifs) n'est remboursable que si un(e) autre stagiaire peut remplacer la personne défaillante. En cas de désistement moins de 15 jours avant le début du stage, aucun remboursement n'est possible.*

*Toute contestation sera tranchée par le C.A. de l'ABCD.*