

Comme les jeunes conteurs sont choyés à *Il était une fois* !...



En plus des ateliers réguliers, avec tisanes et chocolat, des encouragements permanents des « anciens », voilà que l'on nous offre un stage de deux jours avec [Elisabeth Troestler](#) !

Cette immersion dans le monde du conte a touché la corde sensible de chacun et a permis de progresser ensemble...

L'ambiance conviviale installée par Lisa et les stagiaires a facilité le travail ! Alternant exercices corporels et vocaux, visualisations et expressions, la conteuse a ouvert de nouveaux horizons aux participants. Ainsi par exemple, l'exercice de l'aveugle apprend la confiance et l'écoute de l'autre, et développe l'imaginaire ; l'exercice de l'œuvre avec le « ballon » affirme l'espace de chacun au sein du groupe...

En dernière partie, chacun a pu présenter un conte en cours de préparation et prendre le temps d'en faire le tour avec les autres stagiaires.

Tous ces moments partagés, ces émotions ressenties ont fait de ce week-end un temps « magique », dit Magali. Jean-Luc et Claire confirment que l'on a « beaucoup appris » et que c'était « fort intéressant »... L'ensemble du groupe souhaite vivement remercier Lisa, ainsi que tous les conteurs d'*Il était une fois*, qui par leurs racontées tout au long de l'année ont permis d'offrir ce stage !!

Erell

---

*Claire nous a donné un compte-rendu du stage plus technique :*

**Premier jour :**

Accueil chaleureux dans la cour de l'école au soleil, petit tour d'horizon ; chacun se présente et dit rapidement pourquoi ou comment il est arrivé au conte. Nous retournons au local et nous retirons tous nos chaussures, s'en suivent des exercices d'échauffement corporels et vocaux :

Un exercice d'ouverture : les participants se mettent en cercle les pieds bien « enracinés » au sol et balancent en cadence le bras d'avant en arrière claquant des doigts lorsque leur main est en l'air. L'un d'entre eux lance un mot, son voisin en lance un autre en relation avec le mot précédent et ainsi de suite. Après deux ou trois tours. On rembobine les mots. Cet exercice est très énergique et peut permettre de poser des jalons pour un conte.

Puis l'exercice de l'aveugle : un participant ferme les yeux et se laisse guider par un voyant.

Première phase : prise de confiance dans le guide

Deuxième phase : le voyant raconte une histoire et guide son aveugle dans son histoire : ex : il le fait rentrer dans une caverne, il l'emmène sur la lune, lui fait faire le tour d'une ville.... Ou autre.

Nous enchaînons sur l'exercice du sculpteur, de sa sculpture et de l'observateur.

Le sculpteur sculpte un corps et l'observateur commente la sculpture

Puis vient l'exercice des 9 cartes :

A partir de ces 9 cartes postales, nous devons bâtir un conte avec les consignes suivantes :

trouver.....

1. Personnage – situation
2. Mission
3. Ami => conseil ou /et objet
4. Voyage
5. Obstacle
6. Digression => retard / détour ou même chanson
7. Lieux de la fin
8. Climax / combat
9. Fin multiforme

Chaque groupe présente son histoire tout en l'illustrant avec des postures corporelles comme nous venons d'apprendre à le faire dans l'exercice du « sculpteur, sculpture, observateur ».

## **Deuxième jour :**

Contents de nous retrouver, nous commençons par d'autres exercices corporels

Trouver son espace : les yeux fermés, les mains de chaque côté de la bouche, nous soufflons dedans et écartons les bras comme si nous gonflions un ballon. Lorsque le ballon est gonflé chacun rentre dans cet énorme ballon, visualise une couleur et imagine qu'un pot de peinture de la couleur choisie est à ses pieds. Il se penche pour prendre de la peinture et peint sa bulle, la peint de manière à ce qu'il ne reste pas un centimètre carré sans peinture.

On peut peindre avec les mains, les pieds le dos, les fesses, les genoux, bref tout le corps contribue à cette peinture.

Une fois qu'il a terminé son « œuvre », chacun se concentre sur lui-même et quand il est prêt, il fait éclater sa bulle en criant très fort : « Je m'appelle XXX et cet espace et le mien !!! » tout en s'appropriant physiquement l'espace autour de lui.

Le reste de la journée est consacrée à la présentation de chacun des contes que les uns et les autres avaient préparés.

L'un conte, il exprime son ressenti quant à ce qu'il vient de vivre et les autres lui disent tout d'abord les qualités de son conte et de sa racontée.

Ensuite, tous ensemble nous essayons de trouver des pistes pour améliorer certains points. Les uns et les autres se mettent en scène pour participer à l'élaboration de chacun des contes. Nous clôturons ces deux journées avec l'exercice d'ouverture.

Ce fut un week-end fort riche, fort intéressant et très fort en émotions!

*Merci Lisa !*

*Un grand merci aux conteurs de l'association qui, grâce à leurs racontées, nous ont permis de faire ce stage.*

*A refaire !!!*

Claire