

## Activité à la une: Théâtre impro.



Lors du dernier atelier théâtre impro de l'AVF, il a été proposé aux bénévoles de venir découvrir cette activité animée par Florence PALUMBO.

L'improvisation théâtrale et le théâtre ont de différent qu'il n'y a pas de texte, pas d'auteur et pas de metteur en scène. Il y a juste le joueur, son univers, son histoire et ses compagnons de jeu. Un peu comme dans la vraie vie, on joue et rejoue des relations humaines.

Le théâtre d'improvisation est une activité qui présente de nombreux bienfaits, tels que :

- Gagner en confiance en soi et en aisance à l'oral
- Travailler son imaginaire et sa créativité
- Oser prendre des risques et accepter de se tromper
- Reconnaître ses émotions et les exprimer
- Développer son écoute et sa réactivité
- Créer du lien social et prendre du plaisir

Florence PALUMBO anime cette activité depuis 3 ans.

Après 10 ans de théâtre, elle s'est prise de passion pour "l'improthéâtre", où les règles du texte sont abolies et la liberté d'expression, totale.

Le groupe se retrouve toujours avec beaucoup de plaisir dans la bonne humeur et la bienveillance. Chacun, d'abord animé par la curiosité, est venu y chercher quelque

chose qui relève de l'intime ; Oser, s'affirmer, exprimer des émotions, lever des freins. Chercher aussi à découvrir autre chose, travailler le vocabulaire, solliciter sa mémoire et puis rire et s'amuser.

Lors de ce dernier atelier, une dizaine de personnes était présente pour interagir avec les joueurs en proposant des thèmes divers.

Tous ont relevé le défi, public et joueurs, et cela s'est terminé par un apéro bien mérité.



A partir d'Octobre 2024, venez essayez cette activité.

Dans une ambiance conviviale et détendue, venez tirez au sort votre prochaine mise en situation et laissez libre cours à votre imagination dans une parenthèse hors du temps.

*« Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles. »  
Sénèque.*